ماڵی زانیاری پزیشکی

Medical_information_Home



ئامادەکردن

رێبوار رەحیم ـ ئەرکان علی

21 – September – 2017

تایبەت بە گروپی # ماڵی_زانیاری_پزیشکی

کۆکردنەوەی زانیاریەکان و وەرگێڕان لە ئینگلیزیەوە

ئاسمانی شین



میکانیزمی لێدانی دڵ و کارەبایی دڵ

ماسوولکەکانی دڵ لە خانەی زۆر بچووک پێکدێت ، سیستمی کارەبایی دڵ کۆنترۆڵی لێدانەکانی دڵ دەکات به ناردنی نیشانەی کارەبایی بەو خانە ماسوولکەییانەدا ،..

دوو جۆری جیاواز لە خانە هەیە لە دڵا...

یەکەمیان خانەکانی گەیاندن، کە گەیەنەری نیشانە کارەباییەکانی دڵن.

دووەمیان خانە ماسوولکەییەکانی دڵ ، کە توانا دەدەن بە ژوورەکانی دڵ (گوێچکەلەکان و سکۆڵەکان) بۆ گرژبوون ، وە دەبێتە هۆی لێدانی دڵ بەهۆی ئەو نیشانە کارەباییەی دڵەوە.

نیشانە کارەباییەکان دەگوازرێتەوە لە ڕێگەی تۆڕێک لەو گەیەنەرە خانانەی کە باسمان کرد ، کە بە گوێچکەلە و سکۆڵەکاندا تێپەڕ دەبێت ، دەبێتە هۆی گرژبوونیان ، ئەم نیشانە کارەباییە بە شێوەیەکی ڕێک و پێک دەڕوات خانە بەخانە دوای خۆی وریادەکاتەوە ، تا ئەوکاتەی گرژبوونی دڵ ڕوودەدات و لێدانی دڵ درووست دەبێت.

نیشانە کارەباییەکان سەرەتا درووست دەبێت لە گروپێک خانە لە ژووری سەرەوەی دڵ (گوێچکەلە **Atria**) ،بەو نیشانە کارەباییەی لێرەدایە دەڵێین **Sinoatrial node** یان **SA node**.

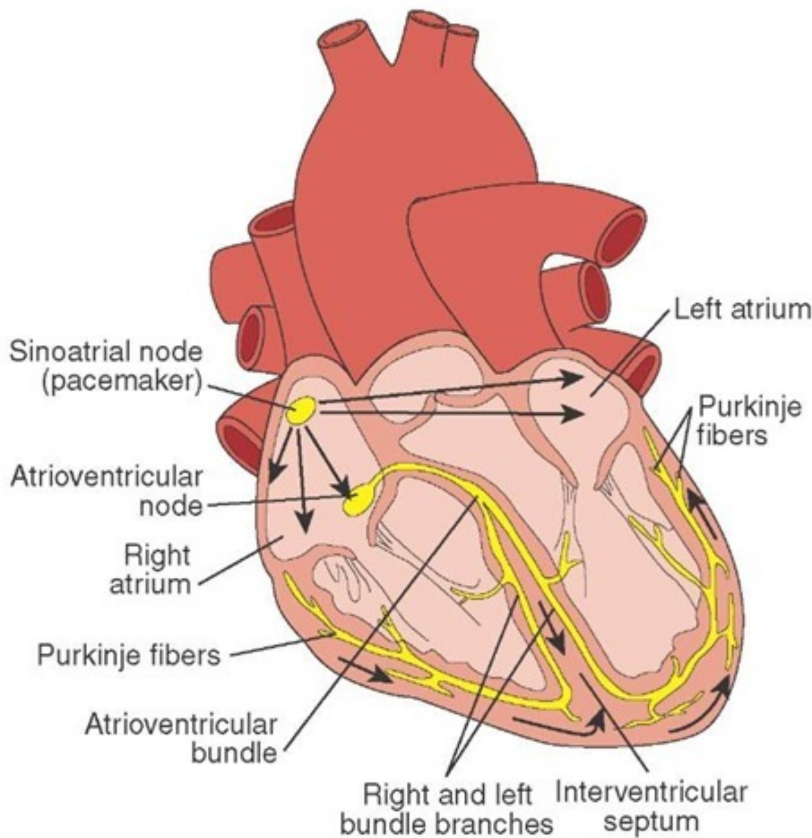
ئەم نیشانە کارەباییە سەرەتا بە هەردوو گوێچکەلەدا بڵاودەبێتەوە ،پاشان بۆ هەردوو سکۆڵە ،دەبێتە هۆی گرژبوونیان، لە دڵێکی تەندرووستدا ئەم کردارە زۆر بە خێرایی ڕوودەدات.

لێدانی دڵ بەم میکانیزمەی خوارەوە ڕوودەدات:

١- ئەو نیشانە کارەباییەی کە لە گوێچکەلەدا هەیە **SA node** ، ناسراوە بە کارەبا درووستکەری دڵ ،نیشانە کارەباییەکە دەنێرێت.

٢- ئەو نیشانە کارەباییە دەبێتە هۆی گرژبوونی ژوورەکانی سەرەوەی دڵ (گوێچکەلەکان).

٣_ پاشان نیشانە کارەباییەکی دیکە هەیە لە نێوانی گوێچکەلە و سکۆڵە پێی دەڵێین **Atrioventricular node** یان **AV node** ، ئەمیش لای خۆیەوە نیشانە کارەباییەکە دەگوازێتەوە بۆ ژوورەکانی خوارووی دڵ (سکۆڵەکان).، وە دەبێتە هۆی گرژبوونی سکۆڵەکان.



وە کردارەکە دووبارە دەستپێدەکستەوە کاتێک **SA node** دووبارە نیشانەیەکی کارەبایی دیکە دەنێرێت بۆ گوێچکەلەکان ..وە کردارەکان دووبارە دەبنەوە ، وە سایکلی دڵ درووست دەبێت و لێدانەکانی دڵی لێ درووست دەبێت.

وە بەشێوەیەکی وردتر ، کاتێک **SA node** نیشانە کارەباییەکە دەنێرێت، ئەوا گوێچکەلەکان خوێن دەنێرێت بەرەو سکۆڵەکان ، وە پاشان کە نیشانە کارەباییەکە دەچێتە **AV node** کە نیشانە کارەباییەکە لەمەوە دەرچوو پاشان بە گوورزەیەکی گەیەنەردا تێپەڕ دەبێت لە نێوانی هەردوو سکۆڵەکەدا کە ناودەبرێت **Bundle of his**،پاشان دابەش دەبێت بۆ دوو لق ، لقێکیان بۆ سکۆڵەی ڕاست ، لقێکی دیکە بۆ سکۆڵەی چەپ، ئەمەش دەبێتە هۆی گرژبوونی سکۆڵەکان ، بە شێوەیەک گرژبوونی سکۆڵەی ڕاست دەبێتە هۆی پاڵنانی خوێن بۆ سییەکان ، وە گرژبوونی سکۆڵەی چەپ دەبێتە هۆی پاڵنانی خوێنی تێر ئۆکسجین بۆ ئەندام و خانەکانی دیکەی لەش.

چۆن لێدانی دڵ زیاد و کەم دەکات ؟

لێدانی دڵ ئاساییانە لە نێوانی **60 - 100 beat/min**، وە هەر کات مێشک یان بەشەکانی دیکەی لەش نامەی ئاگادارکردنەوە دەنێرن بۆ دڵ بۆ زیادبوون یان کەمبوونی لێدانەکانی دڵ لە ڕێی ئاگادارکردنەوەی نیشانە کارەبایی **SA node** لە گوێچکەلە.

بۆ نموونە لە کاتی ئەنجامدانی وەرزش یان هەر چالاکییەکی دیکەدا ، ئەندامەکانی لەش پێویستی زیاتریان بە ئۆکسجینە ، ئۆکسجینیش لە ڕێگەی خوێنەوە دەگوازرێتەوە بۆ خانەکانی لەش ، بەمەش ئەندامەکانی لەش نیشانەی ئاگادارکردنەوە دەنێرن بۆ دڵ ، بە مەبەستی زیادبوونی لێدانەکانی دڵ.

بەمەش لێدانی دڵ زیاددەکات بۆ دابینکردنی ئۆکسجینی پێویستی لەش.

بەڵام لە کاتی خەوتن یان ڕێست ئەوا لەش پێویستییەکی کەمتری بە ئۆکسجینە ، بەمەش لێدانەکانی دڵ کەمدەبێتەوە.

چۆن لەش کۆنترۆڵی لێدانەکانی دڵ دەکات ؟

لە ڕێگەی دوو میکانیزمەوە :

یەکەمیان سیستمی ناوەندە دەماری **sympathetic** و **Parasympathetic**، بە شێوازێک ئەوەی یەکەمیان لەکاتی زیادبوونی چالاکیدا هانی زیادبوونی لێدانی دڵ دەدات ، بەڵام ئەوەی دووەمیان لە کاتی ڕێست و خەوتندا هانی کەمبوونی لێدانی دل دەدات ، لە ڕێگەی ناردنی نیشانەی ئاگادارکردنەوە لە مێشکەوە .

وە شێوازی دووەمیان لە ڕێگەی هۆرمۆنەکانی ئیپینفرین و نۆر ئیپینفرین،بەشێوەیەک لە کاتی چالاکیدا ڕژێنی ئەدرینالین هۆرمۆنی نۆر ئیپینفرین دەرژێتە ناو جۆگەی خوێن دەبێتە هۆی زیادبوونی لێدانی دڵ......

Heart valves – زمانەکانی دڵ

لە دڵدا چوار زمانەمان هەیە **Valve** ، کە بەشێوەیەکی گشتی ئەم زمانانە ڕێگری لە گەڕانەوەی خوێن دەکەن بە ئاراستە پێچەوانە، واتە وادەکەن خوێن تاک ئاراستەییانە بڕوات ،لێرەدا ناوی هەریەکەیان و شوێنەکەیان لە دڵدا باس دەکەین..

Tricuspid (AV valve) -1

شوێنی ئەم زمانەیە لە نێوان گوێچکەلەی ڕاست و سکۆڵەی ڕاستدایە.

Mitral (AV valve) -2

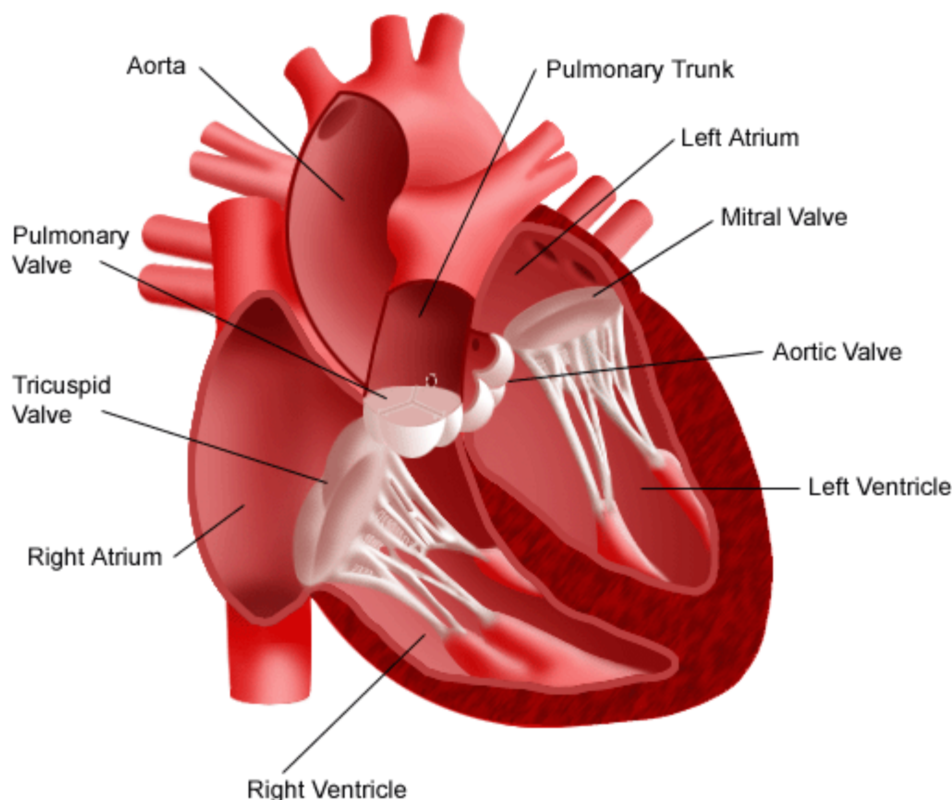
شوێنی ئەم زمانەیە لە نێوان گوێچکەلەی چەپ و سکۆڵەی چەپدایە.

Aortic (Semilunar valve) -3

شوێنی ئەم زمانەیە لە نێوان سکۆڵەی چەپ و شاخوێنبەردایە.

Pulmonic (Semilunar valve) -4

شوێنی ئەم زمانەیە لە نێوان سکۆڵەی ڕاست و خوێنبەری سییەکاندایە.



سوڕی دڵ چییە ؟؟ Cardiac Cycle

پێناسەی Cardiac Cycle:

زنجیرەی ڕووداوەکانە کە ڕوودەدات لە یەک لێدانی دڵدا.
بریتییە لە گرژبوونی دڵ و پاشان خاوبوونەوەی دڵ.

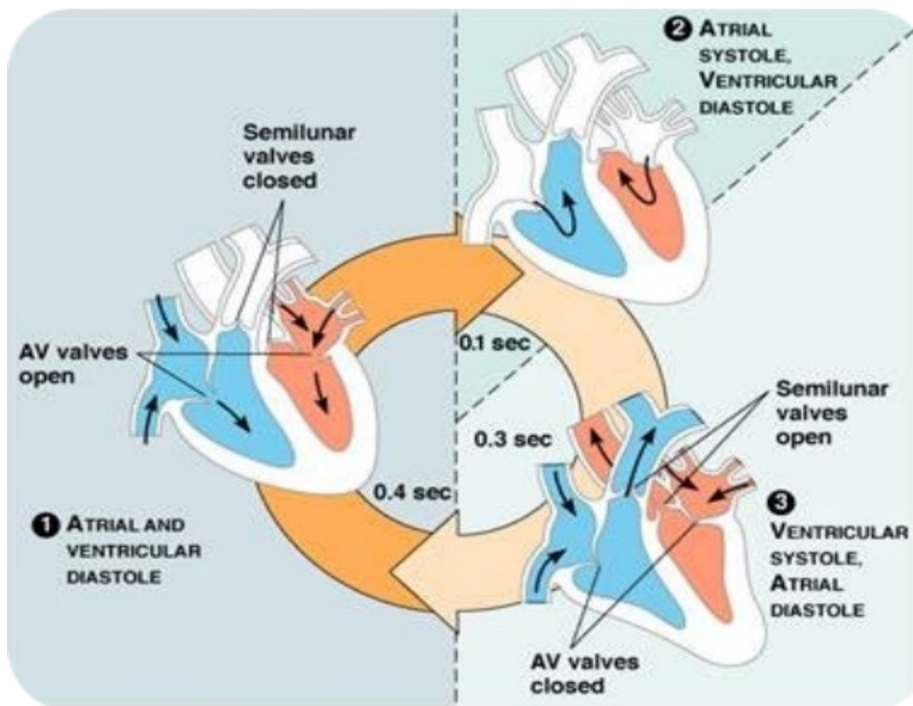
قۆناغی گرژبوونی دڵ پێی دەڵێین Systole

قۆناغی خاوبوونەوەی دڵ پێی دەڵێین Diastole

واتە Cardiac cycle پێکدێت لە یەک Systole پاشان بەدوایدا یەک Diastole.

گرژبوونی سکۆڵەکان Ventricular systole ماوەکەی 0.3 چرکە دەخایەنێت.

خاوبوونەوەی سکۆڵەکان Ventricular Diastole ماوەکەی 0.5 چرکە دەخایەنێت.



واتە.. Cardiac cycle ی سکۆڵەکان ماوەکەی بریتییە لە (0.3 + 0.5 0.چرکە.

هەروەها ...گرژبوونی گوێچکەلەکان atria systole ماوەکەی 0.1 چرکە دەخایەنێت.

وە خاوبوونەوەی گوێچکەلەکان atria diastole ماوەکەی 0.7 چرکە دەخایەنێت.

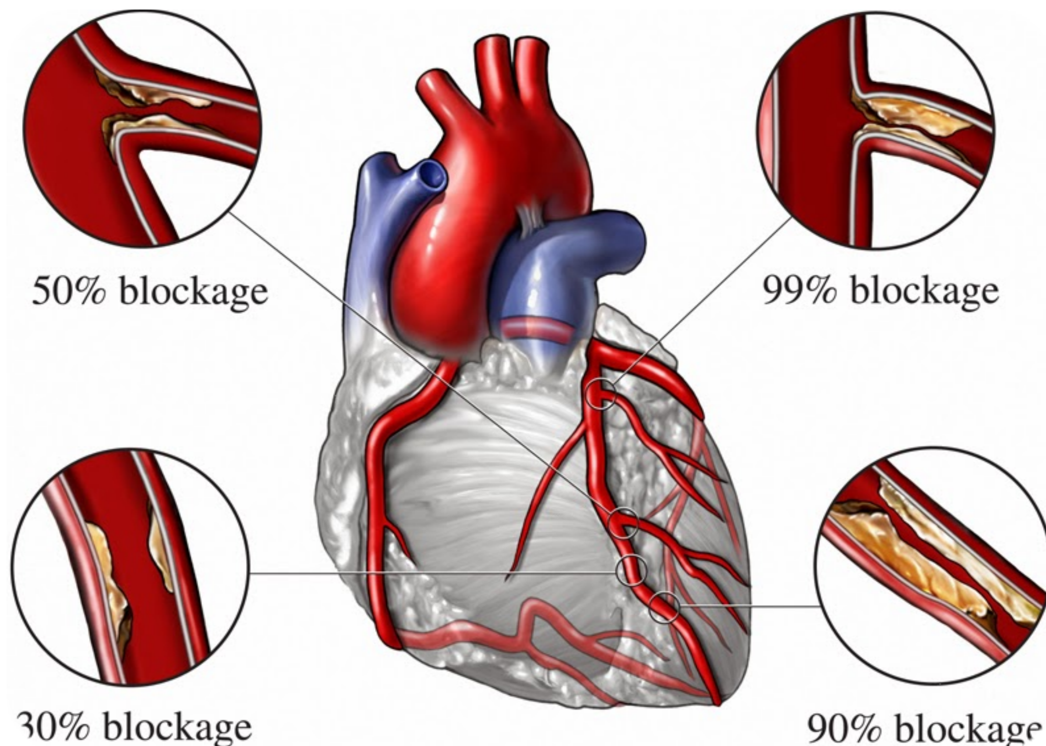
واتە cardiac cycle ی گوێچکەلەکان ماوەکەی بریتییە لە (0.1 + 0.7 = چرکە.

واتە cardiac cycle ی سکۆڵەکان یەکسانە بە cardiac cycle ی گوێچکەلەکان..(0.8 چرکە)..

نەخۆشی و تێکچوونەکانی بۆریەخوێنەکانی (دڵ)

نەخۆشی بۆریە خوێنەکانی دڵ..Coronary heart disease.

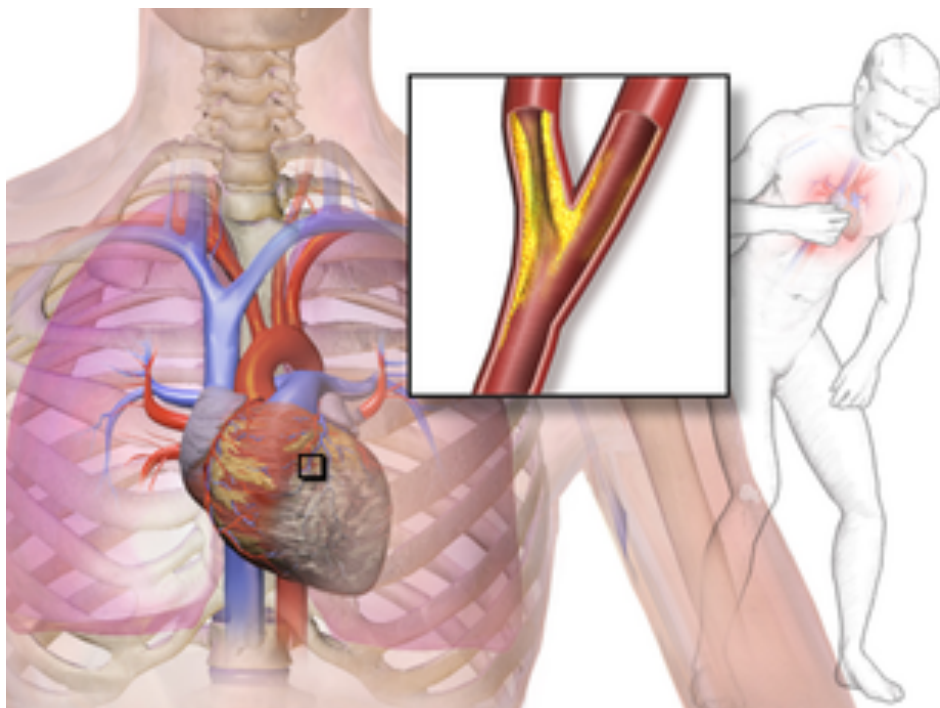
خوێنبەرەکانی دڵ ، واتە ئەو خوێنبەرانەی کە ئۆکسجین و خوێن بە ماسوولکەکانی دڵ دەدەن ، کاتێک بەهۆی بوونی چینێک چەوریەوە تەسک دەبنەوە کە پێی دەڵێین **Plaque** یان، **Atheroma**، ئەمە لەناوەوەی بۆریە خوێنەکە دروست دەبێت هەتا وای لێدیت تەسک دەبێتەوە بە کردارێک پێی دەڵێین..**atherosclerosis**، کاتێک ئەم بۆریە خوێنە تەسک بوویەوە ئەوا ڕۆشتنی خوێن پێیدا کەمدەبێتەوە بۆ ماسوولکەکانی دڵ ،وە ئەم هۆکارەش دەبێتە هۆی ڕوودانی زەبحە **Angina** ، بەڵام ئەگەر بۆریە خوێنەکە بەتەواوی داخرا واتە خوێن کلۆت بوو تێیدا ئەوکاتە دەبێتە سەکتەی دڵ **Heart attack**...



زەبحە یان Angina یان سنگەکوژێ

وەک لە پێشوودا وتمان تەسک بوونەوەی بۆریە خوێنەکانی دڵ، کە وای لێدەکات پێداڕۆشتنی خوێن کەمبێتەوە دەبێتە هۆی زەبحە ، زەبحەش درووستبوونی ئازارە لە سنگدا یان نامورتاحی ،ئەم ئازارەش بەوە جیادەکرێتەوە کە توونده ، وا هەست دەکەی وەک ئەوەی سنگت بگوشرێت،وە ئازارەکە دەگۆڕێت لەنێوانی ئازارێکی کەم بۆ توند،وە زیاتر لە ناوەڕاستی سنگتدا هەست بە ئازار دەکەیت بەڵام لەوانەیە بڵاوبێتەوە بۆ شانەکانت یان پشتت و مل و شەویلگە ، تەنانەت لەوانەیە لە دەستەکانتدا هەستی پێ بکەیت، لەگەڵ ئەمانەشدا هەندێک کەس هەست بە ئازار ناکات لە کاتی زەبحەدا ، بەڵام هەست بە بێزاری و نا موڕتاحی دەکات لە سنگیدا ، وە هەندێ کات کەسەکە تەنگەنەفەسیەکەی زیاترە وەک لە ئازار ،...

وە هەر بۆ زانیاریتان دوو جۆرAngina هەیە Stable و Unstable، جۆری یەکەم واتە Stable لەئەنجامی نا هاوسەنگی لە نێوان ئەو ئۆکسجینەی کە هەمانە بە بەراورد بەو ئۆکسجینەی خانەکان سەرفی دەکەن ، وە ئەم جۆرە ئازارەکەی زیاتر مامناوەندە و بەجووڵە زیاد دەکات، بەڵام Unstable ئازارەکەی تووند ترە و بە قوەتترە هەندێک جار بەبێ ئەوەی بجوڵێی ئازار هەیە.



سەکتەی دڵ یان Heart attack یان جەڵدەی دڵ

وەک لەبابەتی پێشوودا ووتمان کاتێک بۆرییە خوێنەکانی دڵ تەسک بوونەوە بەهۆی چەورییەوە ئەوا دەبێتە هۆی زەبحە (سنگە کوژێ) ، بەڵام کاتێک بۆریە خوێنەکە بە تەواوی داخرا بەهۆی مەیین و کلۆت بوونی خانەکانی خوێن ئەوکاتە دەبێتە هۆی سەکتەی دڵ ، ئەمەش بەهۆی ئەوەی ئۆکسجین و خوێن ناگات بە ماسوولکە خانەکانی دڵ،لە ئەنجامی ئەمەدا زۆربەی ماسوولکە خانەکانی دڵ دەمرن،.. واتە جەڵدە دوای زەبحە ڕوودەدات کاتێک بۆریە خوێنەکە بەتەواوی داخرا

نیشانەکانی،، .. بە نزیکەی وەک نیشانەکانی زەبحە وان کە ئەمانەن:

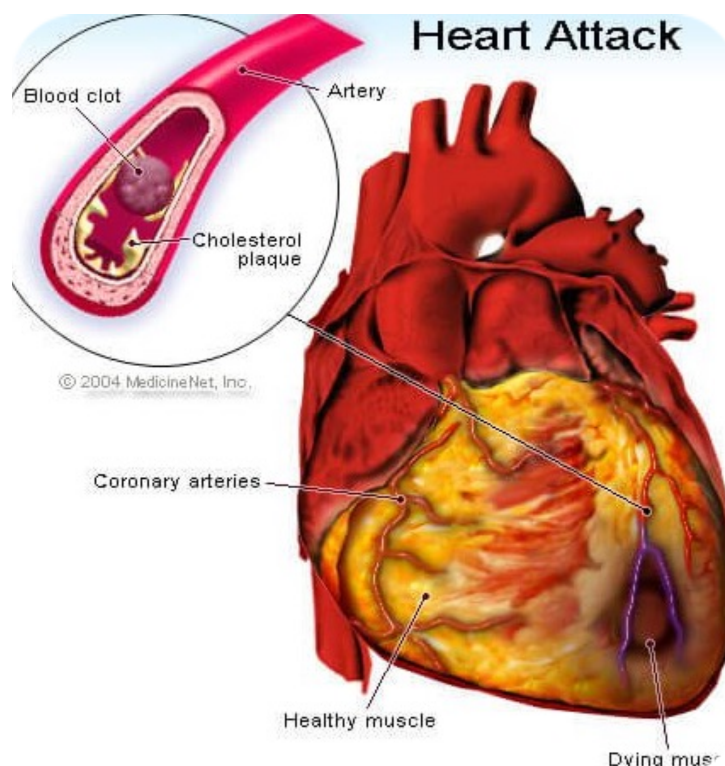
١- ئازاری سنگ باوترین نیشانەی سەکتەی دڵە زیاتر لە ئافرەتاندا ، وە ئەمیش لەوانەیە بگوازرێتەوە بۆ دەستەکان و مل و پشت..

٢- ئازاری گەدە.

٣-تەنگەنەفەسی و هێڵنجدان و سەرگێژی.

٤- ئارەقکردنەوەیەکی سارد ٥- هەستکردن بە شەکەتی و ماندووی.

سەکتەی دڵ حاڵەتێکی تەوارییە ، بۆیە دەبێت کەسەکە بەزوویی بگەیەنرێتە نەخۆشخانە بۆ ئەوەی مەترسی مردنی زیاتری ماسوولکەکانی دڵی کەمبکەیتەوەو ژیانی ڕزگار بکەیت..



ناڕێکی لێدانی دڵ Arrhythmia..

هەندێ جار ئەم حاڵەتە ڕوودەدات لە کەسێکدا کە هیچ نەخۆشییەکی دڵی نییە ، بەڵام لە کەسێکدا ئەگەر نەخۆشی دڵی هەبێت ئەوا مەترسیدارترە،ناڕێکی لێدانەکانی دڵ کۆمەڵێک هۆکاری هەیە کە پەیوەستن بە کارەبای دڵەوە ، سەرەتاش باسی **Atrial Fibrillation** **(AF or AFib)** دەکەین ،..ئەم حاڵەتە لە گوێچکەلە ڕوودەدات ، کەتێیدا لێدانی دڵ ناڕێک و خێرایە ، بەهۆی شێواوی لە سیستمی کارەبای دڵ، کە لەم حاڵەتەدا گوێچکەلەی دڵ بە نزیکەی **300** جار لێدەدات لە دەقیقەیەکدا ،کە ئەمەش چوار جار زیاترە لە حاڵەتی ئاسایی خۆی ،وە ئەم حاڵەتە هەڕەشەیەک نییە لەسەر ژیان بەڵام لەوانەیە ببێتە هۆی ڕوودانی کێشەی دیکە ، وەک ئەوەی زۆر کات هەست بە ماندووی بکەیت ،وە ڕوودانی عجزی دڵ ، وە هەندێ نیشانەی .. خێرا لێدانی دڵ وە هەستپێکردنی ، ئازاری سنگ و سک و تەنگەنەفەسی و کەمبونەوەی توانای وەرزش و جوڵە...هتد

: Sinus Tachycardia

ئەم حاڵەتە بە شێوەیەکی ئاسای زیادبوونی لێدانەکانی دڵە. کە ئاساییانە ڕوودەدات لە ئەنجامی بەرزبوونەوەی پلەی گەرمی(تا)-**Fever** ، یان وەرزش کردن یان هەر ورووژاندنێک ، ئەگەر بەهۆی ئەم هۆکارانەوە بوو ئەوا بەشێوەیەکی گشتی پێویست بە چارەسەری دەرمان ناکات ، جگە لە هەندێ حاڵەتی دیکە کە بەهۆی هەندێ نەخۆشیەوە لێدانی دڵ زیاد دەکات وەک و کەمخوێنی یان غودده، بۆ زانیاری زۆربەی جار کە لێدانی دڵ لە **100** زیاتر بێت پێی دەڵێین **Sinus Tachycardia**...

وە هەندێ هۆکاری دیکەی تێکچوونی لێدانەکانی دڵ کە لە ژوورەکانی سەرەوەی دڵدا ڕوودەدات بریتییە لەمانە: **Atrial Flutter (AFL)** ئەم حاڵەتە بە نزیکەی وەک **Atrial Fibrillation** وایە کە لەبەشی چوارەم باسمان کرد، وە حاڵەتێکی دیکە بریتییە لە:

Sick Sinus Syndrome (SSS)

ئەمەیان دەتوانین بڵێین نەخۆشی نییە ، هۆکارەکەی گرێ گیرفانی گوێچکەلەیە **Sinus node** ، کە لێدانی دڵ دەگۆڕێت لە نێوان خێرا و هێواشدا..

ئەمانەی باسمان کردن لە بەشی ٤ و ٥ پەیوەندی بە ژوورەکانی سەرەوەی دڵ هەبوو ...

Ventricular Tachycardia (VT)

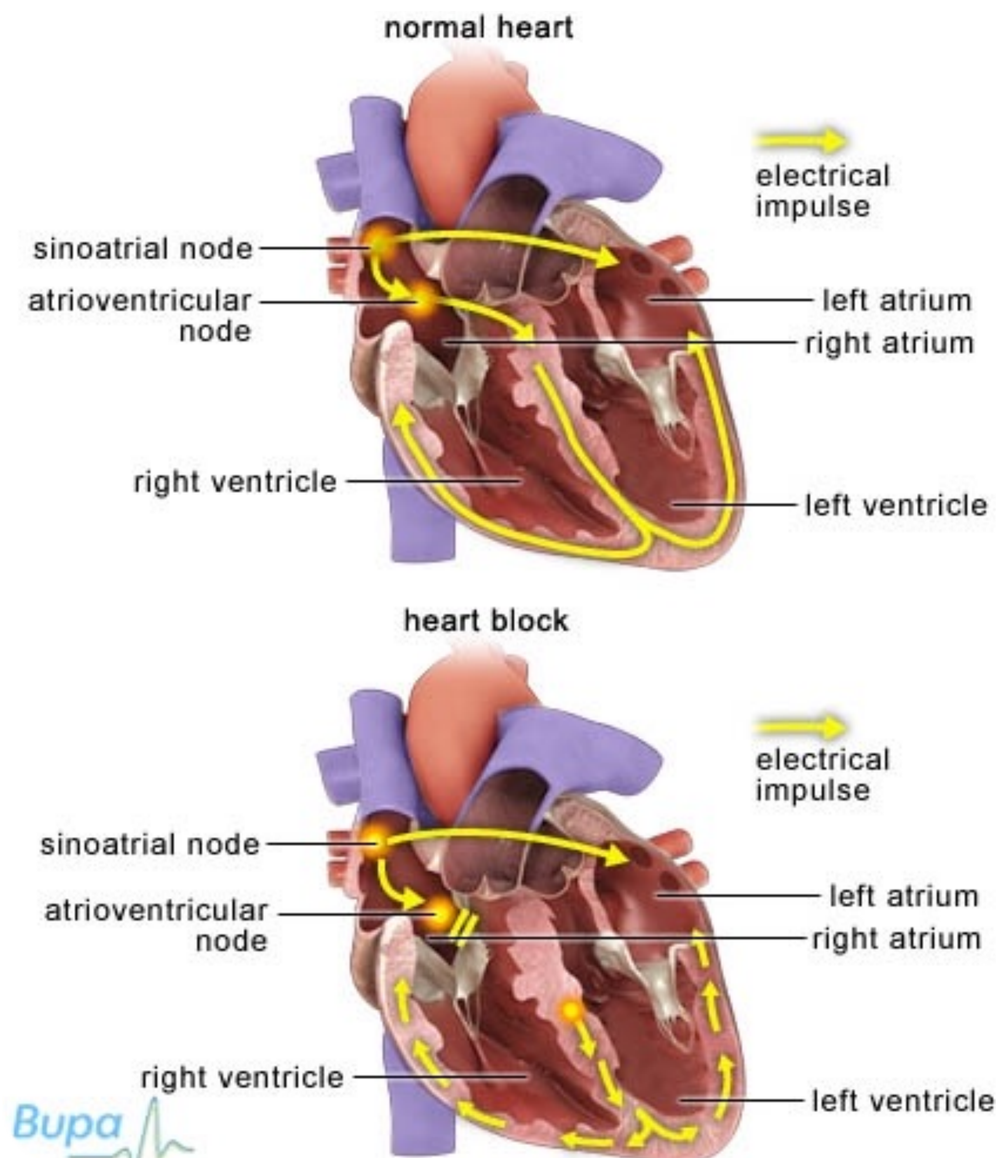
ئەم حاڵەتە لە سکۆڵەدا ڕوودەدات ، وە مەترسی بۆ سەر ژیان درووست دەکات واتە لە **Sinus Tachycardia** مەترسیدارترە ، زۆربەی جار ئەو کەسانەی تووشی ئەم حاڵەتە دەبن نەخۆشی دڵیان لەگەڵدایە ،یان لەدوای جەڵدە ڕوودەدات، بەڵام هەندێ کات دڵ ئاساییە کە ڕوودەدات، لەبەر ئەوە **VT** حاڵەتێکی مەترسیدارە ، وە لەم حاڵەتەدا لێدانی دڵ خێرایە و ڕێکە ، بەڵام مەترسی ئەوەی هەیە ببێتە **Ventricular fibrillation** کە ئەمەیان لێدانی دڵ خێراو ناڕێکە ، وە مەترسی زیاتر دەکات، بۆیە پێویستە بەزوویی چارەسەری تەواوەتی بۆ بکرێت،وە بۆ چارەسەر هەندێ جار کرداری **radiofrequency ablation** ی بۆ دەکرێت ، یان بە دەرمان یان **D.C**.....

Ventricular Fibrillation (VF)

هۆکاری زۆربەی ئەو حاڵەتانەی کە خانەکانی دڵ دەمرن و لەناودەچن بریتییە لە **(VF)** ، کە لەم حاڵەتەدا لێدانی دڵ لە ژوورەکانی خوارووی دڵ (سکۆڵەکان) خێرا و شێواوە بەهۆی ئەوەی سپازم دەبن،کە هەندێ جار دەگاتە **500 beat/min**، هەندێ کات **VF** ڕوودەدات بەهۆی داخرانی بۆریە خوێنەکانی دڵ **Heart attack** کە لە پێشوودا باسمان کردووە، وە **VF** لەپڕ ڕوودەدات بەبێ هیچ ئاگادارکردنەوەیەک، وە ئیشی دڵ دەوەستێنێت، لە ئەنجامی ئەمەدا کەمی ئۆکسجین بۆ لەش وە بەتایبەتتر کەمی ئۆکسجین بۆ مێشک بکوژە ، وە دەبێتە **Cardiac arrest**،هەموو ئەمانە سەرچاوەکەی تێکچوونە لە کارەبایی دڵ، وە تاکە چارەسەر کە کاریگەری هەبێت بۆ ئەم حاڵەتە بریتییە لە **defibrillation** ، **D.C**، کاتێک پادلەکان بەکاردێنین بۆ ئەوەی ریتمی دڵ ڕێکبکەینەوە ، لە کۆتایدا ئەوەی ماوە بیڵێم کەسێک تووشی **VF** بێت ئەگەر چارەسەری بۆ نەکرێت ئەوا دەمرێت..

Heart Block

ئەم حاڵەتە کاتێک ڕوودەدات کە ئەو نیشانە کارەباییەی لە بەشی سەرەوەی دڵدا هەیە (گوێچکەلە)، ناگوازرێتەوە بۆ ژوورەکانی خوارووی دڵ (سکۆڵەکان)، وە بەهۆی ئەمەوە لێدانی دڵ هێواش دەبێتەوە ، تا وای لێدێت بڕی ئەو ئۆکسجینە کەمدەبێتەوە کە دەگوازرێتەوە بۆ شانەکانی لەش و مێشک، هەندێ لە هۆکارەکانی ڕوودانی بریتییە لە التهاباتی پەردەی دڵ یان ماسوولکەکانی دڵ ، وە کەمی پۆتاسیۆم لەوانەیە ببێتە هۆی ڕوودانی ئەم حاڵەتە **(Hypokalaemia)**، یان هەندێ کات چالاکی و وەرزشی دوورو درێژو نا ئاسایی لەوانەیە ببێتە هۆی گەورەبوونی ماسوولکەکانی دڵ و ئەمەش کاریگەریەکی کەم بکاتە سەر کارەبای دڵ، وە بە گشتی ئەم حاڵەتە **Heart block** سێ قۆناغی هەیە ، وە هەندێ جار قۆناغی دووەمی دوو لقی لێدەبێتەوە ، نیشانەکانی ... بورانەوەو گێژی و شەکەتی و تەنگەنەفەسی و ئازاری سنگ.



ئەم نەخۆشیەو نەخۆشی کۆتای لەسەر تێکچون و نەخۆشیەکانی بۆریە خوێنەکان ، ئەمەیان ڕاست نییە بڵێین نەخۆشی دڵ چوونکە ئەمە لە مێشکدا ڕوودەدات..
ئەم حاڵەتە ترسناک و مەترسیدارە

(**Stroke**)

جەڵدەی مێشک ، بەهۆی ئەوەوە ڕوودەدات کاتێک ڕۆشتنی خوێن بۆ مێشک کەمدەبێتەوە یان هەر بلۆک دەبێت،لە کاتێکدا هەندێک جاریش ئەم جەڵدەیە ڕوودەدات بەهۆی تەقینی بۆریە خوێنەکان، وە گیرانی بۆریە خوێنەکان لە دڵیشدا دەبێتە هۆی جەڵدەی دڵ **Heart attack** کە لەپێشوودا باسمان کردووە،بەگشتی هەموو جەڵدەکان مەترسی بۆسەر ژیان دروست دەکەن.

ئەگەر ئەم نیشانانە ڕوویدا ئەوا بەزووی سەردانی نەخۆشخانە بکە...
لەناکاو سڕبوون و لاوازبوونی ڕووی دەم وچاوو دەست و قاچ ،بەتایبەتی ئەگەر لەلایەکی لەشدا ڕوویدا،،، لەناکاو گێژبوون و ووڕی و ناتەواوی لە قسەکردن و تێگەشتن،، لەناکاو ڕوودانی کێشەی بینین لە چاوێکدا یان لە هەردوو چاودا،،، هەروەها لەناکاو ڕوودانی کێشە لە ڕۆشتندا و لەدەستدانی هاوسەنگی...). وە ئەوەی پێویستە بۆ چارەسەر دەبێت هەرچی زووە خوێن بگەڕێنرێتەوە بۆ مێشک .... سەیری وێنەکە بکەن بۆ زیاتر بەرچاو ڕوونی



هۆکارە سەرەکییەکانی ئازاری سنگ ئەمانەن :

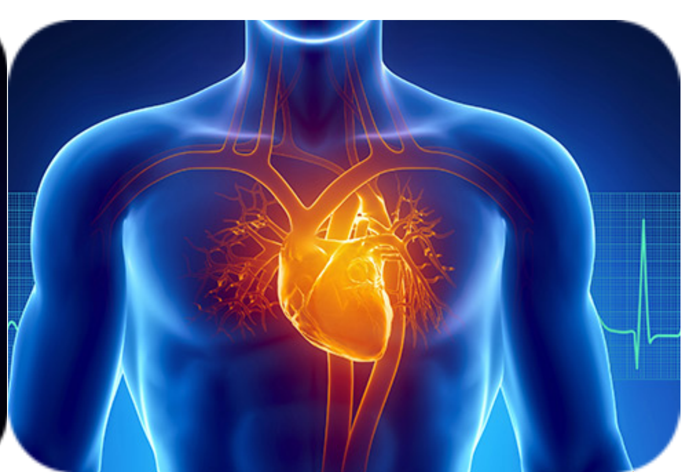
١- دڵ : بۆ نمونە (تەسکبونەوە یان گیرانی لوولەخوێنەکانی دڵ ،زەبحە، یان التهاباتی ماسولکەکانی دڵ ...هتد)
٢-شاخوێنبەر : بۆ نمونە (دروستبوونی بڵق یان ئاوساوی شاخوێنبەر یان شەقبوونی ...هتد)
٣-سورێنچک :بۆ نمونە (التهاب بکات یان گرژبوونی سورێنچک یان دڕان و بریندار‌بوونی...هتد)
٤- سییەکان و پەردەی سی: بۆ نمونە (التهاباتی بۆری هەوا ، هەوا بچێتە نێوان سی و پەردەی سی ، دروستبونی خڵتەی خوێن لە سیەکاندا ، جەڵدەی سی..هتد)
٥- پەیکەرە ماسوولکە: بۆنمونە (شکانی پەراسوو یان برینداربونی ، صەوەفان و فقراتی پشت...هتد)
٦- دەمارە خانەکان: بۆنمونە (سڕبوونی دەمارە خانەکان ، انزلاقی نێوان فقراتەکان..هتد)



دڵ بڕیاردەرە یان مێشک ؟؟؟

دەیڤید پاتیرسن پرۆفیسۆر لە زانکۆی ئۆکسفۆرد دەڵێ: مێشک تاکە سەرچاوەی سۆز وو هەست نییە،بەڵکوو لەگەڵ دڵدا پێکەوە عاطفی و سۆز درووست دەکەن،لەڕاستیدا دڵ پێکدێت لە شانەی هەستە دەماری , وەکو ئەوانەی کەلە مێشکدا هەن ،لەبەرئەوە دڵ و مێشک پەیوەندییەکی زۆر نزیکیان هەیە پێکەوە، پێکەوە پەیوەندییەکی سوود بەخشیان لەنێوانداپە لە درووستکردنی هەستەکاندا ، کاتێک دڵ نیشانەو شەپۆلەکان وەردەگرێت لە بەشی سیمپاستیکی مێشک ئەوا بەخێرای کاردانەوە دروست دەکات دڵ ، بەڵام کاتێک دڵ نیشانەکان وەردەگرێت لە بەشی پاراسمپاستیکی مێشک ئەوا دڵ کاردانەوەی هێواشە،ئەمەش وادیارە کە دڵ بەشێوەیەکی سادە پشتگیرو شوێنکەوتەی مێشکە، بەڕاستی ئەمە زۆر ئاڵۆزترە لەبەرئەوەی دڵ پێکدێت لە هەزارەها هەستەدەماری تایبەتی ,زۆربەی زۆریان شوێنەکەیان لە دەوروبەری سکۆڵەی ڕاستدایە،تۆڕێکی ئاڵۆز پێکدێنن،ئەو هەستە دەمارانە وادەکەن لە مێشک بیربکاتەوە، لەکاتێکدا زور لەو هەستەدەمارانەی دەوری سکۆڵەی ڕاست جوڵەیان نەزانراوە ,ئەو هەستە دەمارانەی لەدڵدا هەیە بڕیاری تۆ دروست دەکات، کەبەشێوەیەکی هێشووی لە دەوری سکۆڵەی ڕاستدان، بڕیارەکان دروست دەبن لەلایەن ئەم هەستەدەمارانەوە کاتێک دەوروژێنرێن، لەڕوویەکی دیکەوە دڵ وەڵامدانەوە دروست دەکات کەتێک مێشک داوای لێدەکات، بەڵام ئەمە ئەوە ناگەیەنێت کە مێشک کۆیلەی دڵ بێت، (ئەم دکتۆرە دەڵێت پەیوەندی دڵ و مێشک وەک پەیوەندی هاوسەرگیری وایە)..





vital signs چییە ؟؟

نیشانەکانی ژیانین چەند بەشێک دەگرێەوە : ـ

یە کە م // Temperature – پلە ی گە رمی لە ش

ئایا دەزانی ئەو بەشەی مێشک کە بەرپرسە لە کۆنترۆڵکردنی پلەی گەرمی لەش بریتییە لە **Hypothalamus**...

پلەی گەرمی ئاسای لەشی مرۆڤ لەنێوان **37.2-36.6 c.** لەو ڕێژەیە زیاتر پێی دەڵێین **Hyperthermia** وەلەو ڕێژەیە کەمتر پێی دەڵێین **Hypothermia**

ئەو ڕێگایانەی کە تێیدا پێوانەی پلەی گەرمی دەکەین:

١-**orally** لەڕێگەی دەم ،ڕێگەیەکی باوە

٢-**Axillary** ژێر باڵ بەڵام دەبێت ئەو ژمارەیەی بۆمان دەرچوو **0.5** ی بخەینە سەر

٣-**Rectal** لەڕێگەی کۆم، دەبێت ئەو ڕێژەیەی بۆمان دەردەچێت **0.5**ی لێ دەربکەین

٤-**Tempanic** لەڕێگەی گوێ

دووە م // Respiration هەناسەدان

بریتییە لە کرداری هەڵمژینی ئۆکسجین و کردنەدەرەوەی دوانۆکسیدی کاربۆن.

ڕێژەی ئاسای هەناسەدان بەپێی تەمەنە جیاوازەکان:

کەسێکی پێگەشتوو **Adult 12-20 resp/min**

منداڵی بچووک **Child and infant 20-30 resp/min**

تازە لەدایکبوو **Newborn 35-50 resp/min**

ئەو هۆکارانەی کاردەکەنە سەر زیادبوونی ڕێژەی هەناسەدان:

نەخۆشی سی،ئازار،تا،وەرزش،قەلەقی،دەرمان بۆنمونە ئەترۆپین...

ئەوهۆکارانەی کاردەکەنە سەر کەمبوونی ڕێژەی هەناسەدان:

ئازارشکێنە هێورکەرەوەکان بۆنمونە مۆرفین، عجزی گورچیلە،...هتد

کاتێک ڕێژەی هەناسەدان زیاد بوو پێی دەڵێین **Tachypnea**,,,کاتێک کەمبوو پێی دەڵێین **Bradypnea** ..

سێیەم // لێدانی دڵ (Pulse Rate).

لێدانی دڵ زەختی خوێنە لەسەر دیواری خوێنبەرەکان **artery**..

ڕاستە زۆربەی کەس لێدانی دڵیان لە ٧٠ بۆ ٧٢ دایە، بەڵام لەڕووی زانستیەوە ڕێژەی ئاسای لە لەکەسێکی پێگەشتوو **60-100 beat/minute . adult** دایە ،

خێرا لێدانی دڵ لە زانستی پزیشکیدا پێی دەڵێین **Tachycardia** کاتێک لێدانی دڵ لە **100 beat/min** زیاتر بێت ، وە کەمبوونەوەی لێدانی دڵ پێی دەڵێین **Bradycardia** کاتێک کە لێدانی دڵ لە **60 beat/min** کەمتر بێت ، بەڵام لەهەندێ سەرچاوەی دیکە بینیومە کە دەڵێ لە **40** کەمتر **Brady cardia** یە، ڕێژەی ئاسای لێدانی دڵ کەسێکی کامڵ و پێگەشتوو **60-100 beat/min** **Adult**..

چوارەم // Blood Pressure پەستانی خوێن

Blood Pressure پەستانی خوێن : بریتییە لەو هێزەی کە دڵ بەکاری دێنێت بۆ پاڵنانی خوێن لە سکۆڵەوە بۆ ناو خوێنبەرەکان.

پەستانی خوێن دوو کردارە **Systolic** و **Diastolic**، ئەوەی یەکەمیان کاتێک ڕوودەدات کاتێک دڵ پاڵ بەخوێنەوە دەنێت ، بەڵام ئەوەی دووەمیان لەکاتی ڕێستدا واتە لە نێوانی لێدانەکاندایە.

ڕێژەی پەستانی خوێنی ئاسایی بریتییە لە **120/80 mmHg**.

بەڵام ئەگەر پەستانی خوێن زیاتر بێت لە **140/90 mmHg** ئەوا بەرزی پەستانی خوێنە کە پێی دەڵێین **Hypertension**.

وە ئەگەر لە **90/60 mmHg** کەمتر بوو ڕێژەکەی ئەوا نزمبوونەوەی پەستانی خوێنە ، کە پێی دەڵێین **Hypotension**.

وەرگرتنی پەستانی خوێن لە ڕێگەی ئامێرێکەوەیە کە پێی دەڵێین **Sphygmomanometer** کە یان دیجیتاڵە یان جیوە..

ئەو شوێنانەی کەتێیدا لێدانی دڵی تێدا وەردەگرین :

١- لا تەنیشتی سەر **Temporal**

٢-شادەماری مل **Carotid** بەڵام ئەم دوو دەمارە خوێن دەبەن بۆ مێشک بۆیە دەبێت ئاگاداربین پەستانی زۆری سەرنەکەین..

٣-لوتکەی دڵ **Apical** بەرزترین لێدان هەستی پێدەکرێ..

٤-بەشی پێشەوەی ئانیشک **Brachial**

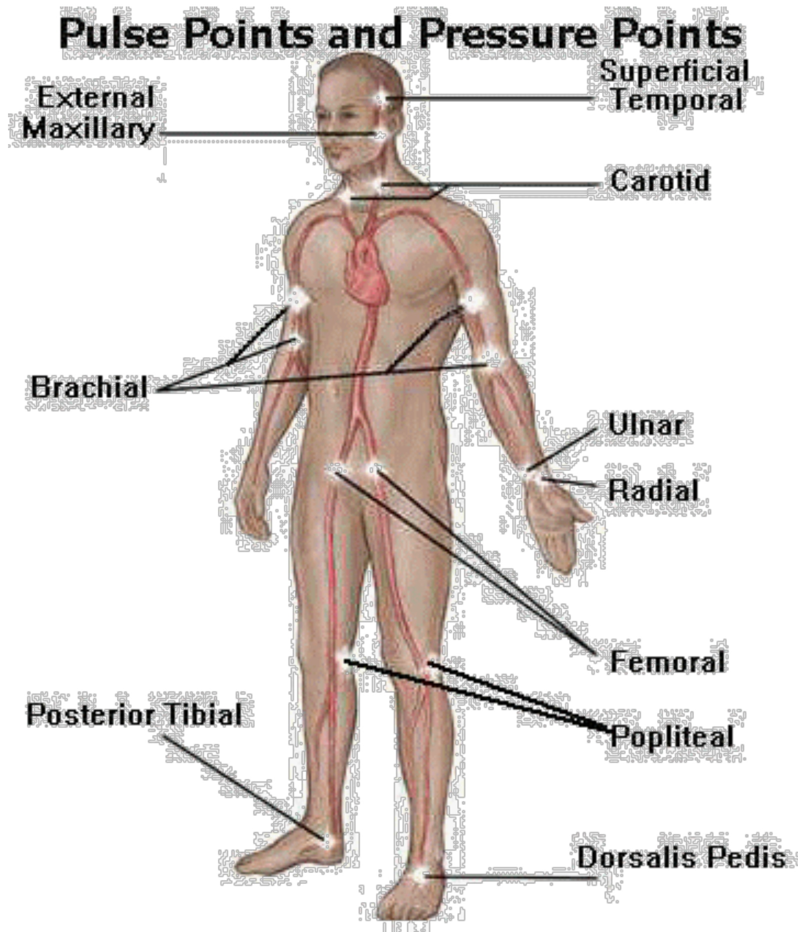
٥-بەشی پێشەوەی مەچەک بەلای پەنجە گەورەدا ، **Radial** باوترین و ئاسانترین و بەردەسترین ڕێگەیە..

٦-بن ڕان **Femoral**

٧-بەشی دواوەی ئەژنۆ **Popliteal**

٨-بەشی دواوەی سەر ئێسکی قامیشەی قاچ **Posterior tibial**

٩-بەشی سەرەوەی پێ **Dorsalis pedis**



Pulse Oximetry چییە ؟؟؟

ئامێرێکە بەکاردێت بۆ پێوانەی ڕێژەی ئۆکسجینی خوێن ، **SPO2** ، هەروەها بۆ زانینی ژمارەی لێدانەکانی دڵ.

ئەم ئامێرە لە ڕێگەی پرۆبێکەوە دەدرێت لە یەکێک لەم شوێنانەی لەش ،:

- پەنجە ، باشترە و باوە ، زیاتر بەکاردێت.
- نەرمای گوێ ، ئەمەش لە کاتێکدا کە نەتوانین بیدەین لە پەنجەی بە هەر هۆیەک بێت.
- نێوانی لووت .

بەڵام دەبێت ئاگاداربین ئەو پەنجەیەی لێیدەدەین هیچ ماددەیەکی پێوە نەبێت بۆ نمونە لە ئافرەتان بۆیەی نینۆک ، چوونکە ڕێگری دەکات لەو تیشکە بۆ گەیشتن بە هیموگلوبینی خوێن ، وە مەیکە بە پەنجەی ئەو دەستەی کە ئامێری پەستانی خوێنی پێوەیە، چوونکە ئەمەش هەڵە دەیخوێنێتەوە.

ئەم ئامێرە لە زۆرێک لە بەشەکانی نەخۆشخانە هەیە بەڵام زیاتر لە ژووری نەشتەرگەری و چاودێری وورد زیاتر بەکاردێ .

وە زۆر بەسوود و پێویستە بۆ ئەو کەسانەی کە نەخۆشیەکانی کۆئەندامی هەناسە و دڵیان هەیە ، یان بۆ هەرکەسێک بکەوێتە ژێر بەنجەوە.



جۆرەکانی فلوود(موغەزی) water infusion

لەڕێگەی کانولاوە دەدرێت بە نەخۆش
بەشێوەیەکی سەرەکی فلوودەکان دوو جۆرن Crystalloid و Colloid

جۆری یە کە می فلودە کان - Crystalloid

بۆ نموونە (Normal saline , Dextrose 5% , Hartmann's solution , Glucose saline , Ringer solution...etc.)

جۆرًی دووە م - Colloid:

بۆ نموونە (Dextran , Gelatin , Haemaccel ....)

ناوی فلوودەکان و بەکارهێنانی جۆری یە کە م ئە مانە ی خوارە وە .

1- Normal Saline (NaCl) 0.9%

ئەم فلوودە 154 mmol/L ی لە صودیوم پێکدێت ،وە 154mmol/L لە کلۆرید پێکدێت ، وە هیچ ڕێژەیەکی شەکری تێدا نییە.

حاڵەتەکانی بەکارهێنانی:

- بۆ نەخۆشێک زەختی دابەزیبێت.
- لەکاتی Hypovolemia قەبارەی خوێنی کەم بێت.
- لەپێش نیو نەنج و لەناو نەشتەرگەری.
- بۆ گرتنەوەی زۆربەی دەرمانەکان.
- لە کاتی سکچوون و ڕشانەوە.
- لەکاتی تەداوی و پاککردنەوەی برین.
- لەکاتی لەدەستدانی صودیۆمی لەش ، کاتێک ڕێژەی صودیۆمی لەش کەمتر بێت لە 135 mEq/L...هتد..

ئەو حاڵەتانەی کە نابێت Normal saline بەکاربهێنین:

- نەخۆشێک زەختی بەرز بێت.
- نەخۆشی گوورچیلەی هەبێت.
- عجزی دڵی هەبێت.
- لەکاتێک ڕێژەی صودیۆمی لەش زیاتر بێت لە 145 mEq/L....هتد.

Dextrose %5 (Glucose water5%) -2

بۆ زانیاری فلوودە بەهێزەکانی ئەم جۆرە بریتین لە (10% , 25% , 50%) ،
بەڵام ئەم جۆرە بەهێزانەی وا باشترە لە خوێنهێنەرێکی گەورە پێی بدەین..

حاڵەتی بەکارهێنانی:

- کەسێک رێژەی شەکری دابەزیبێت.....

ئەو حاڵەتەی کە نابێت بەکاری بهێنین:

-کەسێک رێژەی شەکری بەرزبێت........

Glucose Saline -3

ئەم فلوودەیان شەکروو خوێ لە پێکهاتەکەیدا هەیە.

زیاتر لەدوای ماوەی **Fasting time** ، بۆ ئەوانەی کە ماوەیەکی زۆرە نانیان نەخواردووە ، بۆ نموونە دوای نەشتەرگەری...

بۆ زانیاری هەموو ئەو فلوودانەی کە شەکر لە پێکهاتەکەیاندا هەیە نابێت بۆ پاککردنەوەی برین بەکاربێت چوونکە دەبێتە هۆی گەشەی بەکتریا..

Ringer solution -4

ئەم فلوودە زۆربەی ئەلیکترۆلایتەکانی تێدایە وەک (**Sodium , Potassium , Chloride , Calcium**..)وە **130mmol/L** صودیۆمی تێدایە ، وە **109mmol/L** کلۆریدی تێدایە.

حاڵەتی بەکارهێنانی :

- لەکاتی سکچوون .
- لەکاتی ڕشانەوە.
- پێش نیو بەنج.
- لە ماوەی نەشتەرگەری....هتد....

Hartman Solution(Sodium Lactate) -5

ئەلیکترۆلایتەکانی ئەم فلوودە لە پێکهاتەی پلازما دەچێت ..

حاڵەتی بەکارهێنانی :

- وەک جێگرەوەی فلوود و کانزاکانی لەش لەکاتی لەدەست دانیان.

- لەکاتی ڕوودانی ترشەڵۆکی خوێن...

Half-strength Darrow's -6

solution in 2.5% Dextrose

پێکدێت لە **(Sodium , Potassium)**

حاڵەتی بەکارهێنانی:

- زیاتر بۆ منداڵ بەکاردێت چوونکە قوەتەکەی کەمترە..

- لە کاتی سکچوون.

- بۆ ئەوکەسانەی تووشی ووشکبونەوە بوون ...

تێبینی/ بۆئەوەی بزانین کەسێک ووشکبۆتەوە ئەوا پێستی ڕابکێشە ئەگەر زوو نەگەڕایەوە شوێنی خۆی ئەوا ووشکبۆتەوە، بەتایبەتی لەسەر ئێسکی **Clavicle**،،.....

Sodium bicarnonate(8.4%) -7

لەکاتی ڕوودانی ترشەڵۆکی خوێن بەکاری دێنین.

ئاگاداربە ئەم فلوودە بەشێوەیەکی هێواش و لەسەرخۆ دەبێت بدرێتە نەخۆش ، هەروەها نابێت لە ڤێن دەربچێت واتە ئاووت بێت ، چوونکە زیان بە شانەکان دەگەیەنێت..

Mannitol 10% - 20% -8

لەکاتی نەشتەرگەری یان بریندار بوونی سەر،، بۆ کەمکردنەوەی ئاوساوی.

وە لەکاتێک حادسەیەک بەرگوورچیلە بکەوێت یان بۆ زەردوویی..

تێبینی/ئەگەر **Mannitol** بەکاری بهێنیت بۆ کاریگەری سەر گوورچیلە ، دەبێت لە دەستەکەی دیکەوە فللودێکی دیکەی گوونجاوی بۆ دابنێین .

جۆری دووەمی فلوودە کان(Colloid) و بە کار هێنانیان

(... Dextran40% , Dextran 70% , Gelatin , Haemaccel)

ئەمانە نموونەی کۆلۆیدەکانن

کۆلۆید زیاتر دەمێنێتەوە لە سیستمی **Intravascular** بەبەراورد بە کریستالۆیدەکان، لەبەر ئەوە بڕێکی کەمترمان پێویستە ، هەروەها لەوانەیە ببێتە هۆی ئاوسانی سییەکان **Pulmonary edema**و لەگەڵ گاز گۆڕکێ تێکەڵ ببێت .

ئەگەر نەخۆش فەحسی خوێنی هەبوو ، ئەوا پێش ئەوەی کۆلۆیدی پێبدەی خوێنەکەی لێوەربگرە ، چوونکە لەوانەیە کۆلۆیدەکان ئەنجامی فەحسەکە بگۆڕن.

بۆ کەسێک خوێنێکی زۆری لێ ڕۆشتبێت ، وە لەو کاتەدا خوێن لەبەردەستدا نەبێت ، دەتوانین کۆلۆیدی بۆ دابنێین هەتا خوێن دەستدەکەوێت.

هەروەها خوێن و پێکهاتەکانی **Blood product**

بۆ نموونە **Whole blood , Fresh frozen plasma , Albumin) (.. solution**

لەم حاڵەتانەدا بەکاردێن.

- خوێن بەربوون و نەزیفێکی زۆر.
- لەکاتی هەندێک نەشتەرگەری ، کاتێک کە ئەندامێکی لەش لادەبەن.
- لەکاتی کەمخوێنی ، کاتێک ژمارەی خرۆکە سوورەکان کەم بێت....هتد...

شیکاریەکی زۆر گرنگ..

بۆ ئەوەی بزانین نەخۆشێک بڕی چەند فلود (موغەزی) پێویستە بەپێی کێشەکەی.

بۆ نموونە نەخۆشێک کێشی 60 kg ..

10 کیلۆی یەکەمی لێکدانی 4 یەکسانە بە 40

10 کیلۆی دووەمی لێکدانی 2 یەکسانە بە 20

ئەوە 20 کیلۆی کێشەکەی، ئێستا 40 کیلۆی ماوە،

ئەو 40 کیلۆیە لێکدانی 1 بکە یەکسانە بە 40

پاشان ئەنجامەکان هەمووی کۆبکەرەوە، واتە:

cc 100=40+20+40

کۆی گشتی دەکاتە 100 cc ، واتە نەخۆشەکە لە کاتژمێرێکدا پێویستی بە 100 cc فلوود هەیە.

دوای ئەوە چەند سەعات پێویست بکات لێکدانی 100 دەکەین.

ئەگەر لەمە تێناگەن سەیری وێنەکە بکەن لەوێشدا شیکارم کردووە..

تێبینی/ ئەو 4 , 2 ی لەسەرەوە لێکدانمان کردوون جێگیروو نەگۆڕن ، واتە ژمارەی نەگۆڕن..



پەستانی خوێن (زەخت) بەرزی hypertension

نەخۆشییەکی مەترسیدارە.ئەم نەخۆشییە زۆرجار ناودەبرێ بە کوژەری بێدەنگ، چوونکە زۆر کەس ئەم نەخۆشییەیان لەگەڵدایە بەڵام نایزانن، یان هەندێ کەس لە سەرەتادا هەست بەم نەخۆشیە ناکەن، تا لەکۆتایدا دەبێتە نەخۆشیەکی مەترسیدار یان لەوانەیە ببێتە هۆی مردن.

وەک دەزانن پەستانی خوێن (زەخت)، نەخۆشیەکی باوە ، بۆیە بە پێویستم زانی باسی ئەو فاکتەر و هۆکارانە بکەم کە دەبنە هۆی بەرز بوونەوەو نزمبوونەوەی،،،

لێرەدا تەنها باسی ئەو هۆکارانە دەکەین کەدەبنە هۆی بەرزبونەوەی پەستانی خوێن،.....

١-تەمەن **Age** (بەزیادبوونی تەمەن ئەگەری بەرزبونەوەی زیاددەکات..

٢- قەڵەوی **Obesity** ڕاستەوانەیە

٣-وەرزش **Exercise**

٤-نەخۆشی **illness**

٥-هەندێ دەرمان **Medications** بۆنمونە . **(Corticosteroids)**

بەرزە پەستانی خوێن دەبێتە هۆی ئەمانە:

١- عجزی گوورجیلەکان

٢- لێدانێکی زیان بەخش بەدڵ

٣-کوێربوون

٣- سەکتەی دڵ

ئەو کەسانەی کە خواردنێکی تەندروست و وەرزشێکی ڕێک و پێک دەکەن ، وە ئەوانەی دەرمانەکەنیان هەموو ڕۆژێک بەرێکی دەخۆن ، دەتوانن کۆنترۆڵی بەرزی زەختیان بکەن،ئەوانەی ئەم نەخۆشیەیان هەیە دەبێت هەمیشە بەردەوام بن لە وەرگرتنی دەرمانەکان ئەگەرچی هەستیان بە خراپیش نەکرد یان زەختیشیان هاتە خوارەوە، نابێت بوەستیت لە خواردنیان هەتا ئەوکاتەی دکتۆر پێت دەڵێ. هەندێ کەس لەوانەیە هەندێ کاریگەری لاوەکی دەرمانەکانیان تێدا دەرکەوێ، وەک سەرئێشە یان گێژبون یان بێزاری گەدە، بەڵام ئەم حاڵەتانەت تێدا ڕوویدات باشترە وەک لەوەی دەرمان بەکارنەهێنیت، چوونکە ئەوکات کاریگەری زۆر مەترسیدارتری دەبێت وەک ئەوانەی لەسەرەوە باسمان کرد.

کاتێک کەسێک زەختی دادەبەزێ Hypotension ئەوا چەند نیشانەیەک دەردەکەون، لەوانە.

- سەر گێژبوون, بەرچاوی تەڵخ دەبێت, سەرئێشە , بێتاقەتی و هەستکردن بە لاوازی

زۆر جار بۆ چارەسەرکردنی پێویست بەوە ناکات دەرمان بەکاربهێنین، تەنها یەکێک لەم خاڵە ئاسانانە جێبەجێبکە باش دەبی، لە یەکەم کۆمێنت چارەسەر دانراوە...

چارەسەری سەرەتای بۆ دابەزینی زەخت:

- پەرداخێک ماستاو خوێی تێبکەو بیخۆوە.
- بەرزکردنەوەی قاچ لە سەروو ئاستی دڵیەوە بۆ ماوەیەکی کەم.

ئەو هۆکاروو فاکتەرانەی کاردەکەنە سەر بەرزی و نزمی پەستانی خوێن

1- **Cardiac out put** بڕی ئەو خوێنەی کە پاڵدەنرێت لەلایەن سکۆڵەوە لە یەک دەقیقەدا.

2- **Peripheral Resistance** بەرگری لوولە خوێنەکان بەرامبەر بە پێداڕۆشتنی خوێن.

* لە پێشدا باسی(**Cardiac out put**)م کرد لە چی پێکدێت ، لە کۆمێنت بۆم داناون بۆ ئەوانەی نەیان بینیوە،،

لێرەدا باسی میکانیزمی **Peripheral Resistance** دەکەین لەسەر پەستانی خوێن..

ئەم فاکتەرەیان لەسەر دوو هۆکار بەندە، ئەوانیش:

- **Blood Viscosity** لینجی و چڕی خوێن
- **Diameter of blood vessels(arterioles)** تیرەی لوولە خوێنەکان

ئەم دوو هۆکارەش بەم شێوەیە کار دەکەنە سەر پەستانی خوێن...

* کاتێک **Viscosity** خوێن زیاد بێت ، ئەوا بەرگری لوولەکانی خوێن زیاددەکات بەرامبەر بە پێداڕۆشتنی خوێن ، وە ئەمەش دەبێتە هۆی ئەوەی پەستانی خوێن بەرز بێتەوە، واتە ڕاستەوانە دەگۆڕێت.

* بەڵام ئەگەر تیرەی لوولە خوێنەکان زیاد بکات ، ئەوا بەرگری لوولە خوێنەکان کەمدەبێت بەرامبەر بە پێداڕۆشتنی خوێن ، بەمەش پەستانی خوێن نزمدەبێتەوە، واتە پێچەوانە دەگۆڕێت.

لینجی و چڕی خوێن **Viscosity** لەسەر ئەمانە بەندە....

1- Number of R.B.C ژمارەی خڕۆکە سوورەکان

2- Concentration of plasma protein چڕی پرۆتینەکانی پلازما

* ئەگەر ژمارەی خڕۆکە سوورەکان زیاد بکات **R.B.C** ، ئەوا لینجی و چڕی خوێن زیاد دەکات ، هەروەها بەرگری لوولەخوێنەکان زیاددەکات بەرامبەر پێداڕۆشتنی خوێن، ئەمەش دەبێتە هۆی بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن..

قۆناغەکانی پەستانی خوێن ،(بەرزی و نزمی زەخت)

* پەستانی خوێن لە **90/60 mmHg** کەمتر بوو ئەوا کەسەکە زەختی دابەزیوە **(Hypotension)**.

* پەستانی خوێن لە **90/60** و زیاتر هەتا **120/80** ، ئەوا ئاساییە **(Normal)**.

*پەستانی خوێن لە **120/80** زیاتر بوو هەتا **140/90** ئەوا قۆناغی پێش بەرزبوونەوەی زەختە **(Prehypertension)**. واتە ئەم قۆناغە تەنها بە کۆنترۆڵکردنی کێشی لەش و خواردن چارەسەر دەبێت.

* پەستانی خوێن لە **140/90** زیاتر بوو هەتا **160/100** ئەوا قۆناغی یەکەمی بەرزبوونەوەی پەستانی خوێنە **(Stage1 of Hypertension)**.

* پەستانی خوێن لە **160/100** وە بەرزتر ، ئەمە قۆناغی دووەمی بەرزی پەستانی خوێنە **(Stage2 of Hypertension)**.

ئەو هۆکارانەی کە دەبنە هۆی دابەزینی پەستانی خوێن (زەخت)" ئەمانەن:

خوێن بەربوون **Bleeding** کەدەبێتە هۆی دابەزینی قەبارەی خوێن **Hypovolemia** ئەمەش دەبێتە هۆی **Hypotension**..

سووتان **Burns** -- ڕشانەوە **Vomiting**

سکچوون **Diarrhea** -- هەندێ دەرمان ، بۆ نموونە ،،، **Beta blockers**

حساباتێکی زۆر گرنگ ...

بۆ زانینی ڕێژەی ناوەندی ئەو زەختەی لەسەر خوێنبەرەکان هەیە ،واتە ڕێژەی جیاوازی نێوان **systolic** و **diastolic** ، پێویستە ئەم شیکارییە بزانیت...

MAP= SBP + 2(DBP)/3

بۆ نموونە نەخۆشێک زەختی **83/50 mmhg** بێت، ئەوا بەم شێوەیە شیکاری دەکەین..

MAP=83+2(50)/3

MAP= 83+100/3

MAP= 183/3

MAP=61 mmhg

ڕێژەی ئاسایی بەشێوەیەکی گشتی لە **65** کەمتر نەبێت, هەتا **110 mmhg**..

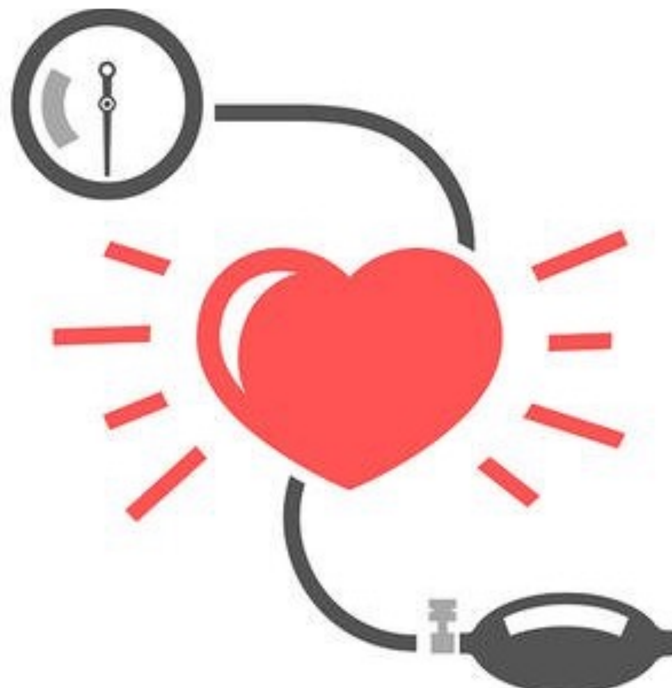
ئەمەش کورتکراوەکان

Mean arterial pressure (MAP)

Systolic blood pressure(SBP)

Diastolic blood pressure(DBP)

ئەمە زیاتر بۆ ئەو کەسانەی لەژێر چاودێرین **(monitoring)** ، یان لەناو عملیات...



چەند زانیارییەکی پێویست لەسەر وەرگرتنی زەخت لە نەخۆش.

- هەوڵبدە ئەو کەو **(Cuff)** ەی هەڵیدەبژێریت ، ئەوەی لە قۆڵی نەخۆش دەیبەستی قەبارەیەکی گونجاو بێت بۆ نەخۆشەکە ، چوونکە ئەگەر بچووک بێت لەوانەیە بە هەڵە بەرز بیخوێنێتەوە ، وە ئەگەر گەورەش بێت لەوانەیە نزم بیخوێنێتەوە بە هەڵە.

- کردارەکە بۆ نەخۆش ڕوونبکەرەوە ، وە ئەگەر منداڵ بوو کردارەکانی دیکەی **Vital signs** لەپێشدا وەربگرە بۆ نموونە لێدانی دڵ و هەناسەدان،چوونکە لەوانەیە وەرگرتنی زەخت لە پێشدا کاریگەری بکاتە سەر گۆرانی لێدانی دڵ و هەناسەدانی.

- ئەگەر نەخۆشەکە جووڵە و وەرزشێکی زۆری کردبوو لەو کاتەدا ، ئەوا بۆماوەیەک بوەستە ئینجا کردارەکە ئەنجام بدە.

- لەپی دەستی نەخۆشەکە بۆسەرەوە بێت ، هەروەها دەستی لە ئاستی دڵیدا بێت چوونکە ئەگەر دەستی لەخوار ئاستی دڵیەوە بێت ئەوا لەوانەیە بەرز بیخوێنێتەوە ، وە ئەگەر دەستی لەسەروو ئاستی دڵییەوە بێت لەوانەیە نزم بیخوێنێتەوە.

- کەفەکە کە دەیبەستی لە دەستی با هەوای تێدا نەبێت سەرەتا ، وە دوو پەنجە سەروو چاڵای دیوی ناوەوەی ئانیشک ببەستە.

- وە دواتر هەوا بکە کەفەکە بە جۆرێک دەست لەسەر خوێنبەری مەچەک بگرە لە کوێدا لێدانی نەما ، هەتا کەمێک سەروو ئەوە هەوای تێبکە.

- هەوڵبدە کەشێکی بێدەنگ بێت و پۆزشنێکی گونجاو بێت ئەگەر کرا **Semi sitting position** گونجاوترینە بۆ وەرگرتنی **Vital signs** ....هتد..



پێکهاتە و پێکهێنەرەکانی خوێن..

خوێن لە 8% ی کۆی گشتی کێشی لەش پێکدێنێت..

خوێن لە 55% ی لە پلازما پێکدێت ، وە 45% ی پێکدێت لە خرۆکە سوورەکان (million 5.4-4.8) و خرۆکە سپییەکان(9000-5000) و پەڕرکانی خوێن(400,000-250,000) ...

پلازماش پێکدێت لە:

* 191,5% ئاو

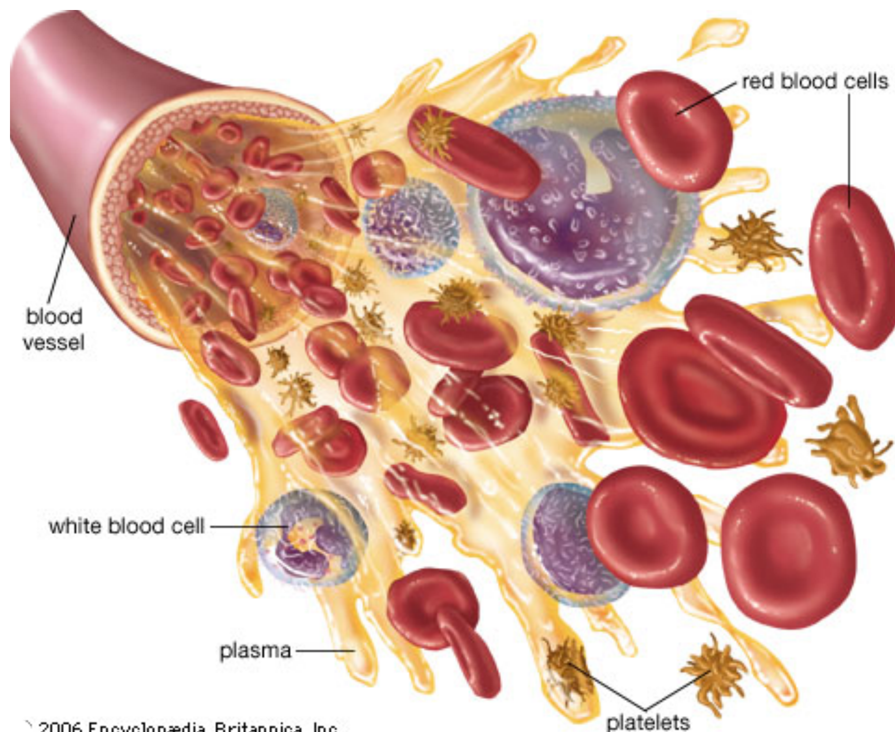
* 7% پرۆتین (albumin 55% , Globulins 38% , Fibrinogen 7%)

* هەندێ ماددەی دیکە 1,5% کە ئەمانەن...

Nonprotien nitrogen , foods , regulatory substance , ..electrolyte , inspiratory gases

وە خڕۆکە سپییەکانیش کە لەسەرەوە باسمان کرد بریتییە لەمانە ...

Neutrophil 60-70%
Lymphocyte 20-25%
Monocyte 3-8%
% Eosinophil 2-4
% Basophil 0.5-1



هەندێک زانیاری لەسەر خوێن ، لە ڕووی فیزیای و کیمیاییەوە:

لینجی خوێن (viscosity) لەنێوان ٤.٥ بۆ ٥.٥ دایە، کە ئەمە سێجار زیاترە لە لینجی H_2O.

پلەی گەرمی خوێن Temperature لەنێوان ٣٧ بۆ ٣٨ c دایە.

کێشی جۆری خوێن Specific gravity
1.055

باری ترشێتی و تفتێتی PH لەنێوان 7.35 بۆ 7.45 ، واتە خوێن لەنێوانی هاوکێش بۆ کەمێ تفتدایە

بڕی ئەو خوێنەی لە لەشماندایە Blood Volume بریتییە :

لە ڕەگەزی نێردا Male : پێکدێت لە ٥ بۆ ٦ لیتر

لە ڕەگەزی مێدا Female: پێکدێت لە ٤ بۆ ٥ لیتر

لە منداڵی تازە لەدایکبوودا New born: پێکدێت لە ٨٠٠ مللیتر..

ئەو حاڵەتانەی کە تێیدا خڕۆکە سپییەکانی خوێن WBC زیاد دەکات.



ئەو حاڵەتانەی کە تێیدا خڕۆکە سپییەکانی خوێن WBC زیاد دەکات.

١-هەوکردن و التهابات

٢- زیان بەرکەوتن بە شانەکانی لەش وەکو سەکتەی دڵ

٣- پەستانی دەروونی یان بارێکی فیزیای زۆر توند، وەکو (تای بەرز ، بریندار ، نەشتەرگەری)

٤- عجزی گوورچیلە

٥- گوورگە (نەخۆشییەکی پێستە)

٦- سیل

٧- هەوکردنی جومگەی روماتیزمی

٨- صرتان بەگشتی و صرتانی خوێن

٩- لابردنی سپڵ

وە هەندێ هۆکاری دیکەش،،

ئەو حاڵەتانەی کە WBC کەمدەکەن...

١- ئایدز

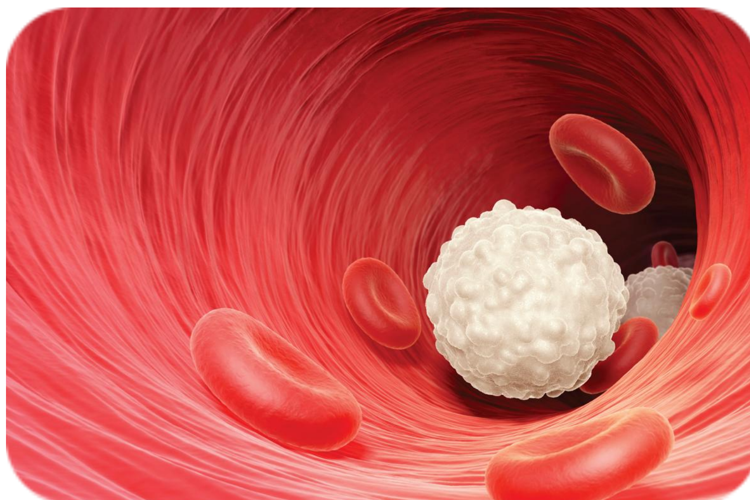
٢- مەلاریا

٣- چارەسەرکردن بە ماددەی کیمیایی

٤- ئەو جۆرە کەمخوێنیەی کە هۆکارەکەی مۆخی سووری ئێسکە **Aplastic anemia**

٥- هۆگر بوون بە ماددە کهولیەکان

٦- گەورەبوونی سپڵ



خڕۆکە سوورەکان Red Blood Cell(RBC) باشتر بناسە

، (شێوەیان ،ژمارەیان، تەمەنیان، فرمانیان ، پێکهاتەیان ، خۆراکە ماددەی دروستبوونیان ، ڕێژەی ئاسن ، هۆکاری کەمخوێنی بەهۆی R.B.C ، چۆنێتی کردنەدەرەوەیان لە لەشدا ، وە چەندەها زانیاری دیکە.....

Red Blood Cell (Erythrocytes) خڕۆکە سوورەکانی خوێن

خڕۆکە سوورەکان شێوەیەکی دوولا قوپاوی هەیە ، درێژیەکەی **7** میکرۆمەتر دەبێت ، وە پانییەکەی **2** مایکرۆمەتر دەبێت ،..

ژمارەیان : لە پیاواندا **5 - 5.5** ملیۆن لە یەک مللیمەتر سێجای خوێندا.

لە ئافرەتاندا **4.5 - 5** ملیۆن لە یەک مللیمەتر سێجای خوێندا.

خڕۆکە سوورەکان ناوکیان نییە، وە خڕۆکە سوورەکان پێکدێت لە هیمۆگلۆبین **Hb** ، فرمان و ڕۆڵی گرنگی هیمۆگلۆبین بریتییە لە هەڵگرتن و گواستنەوەی ئۆکسجین و دوانۆکسیدی کاربۆن.

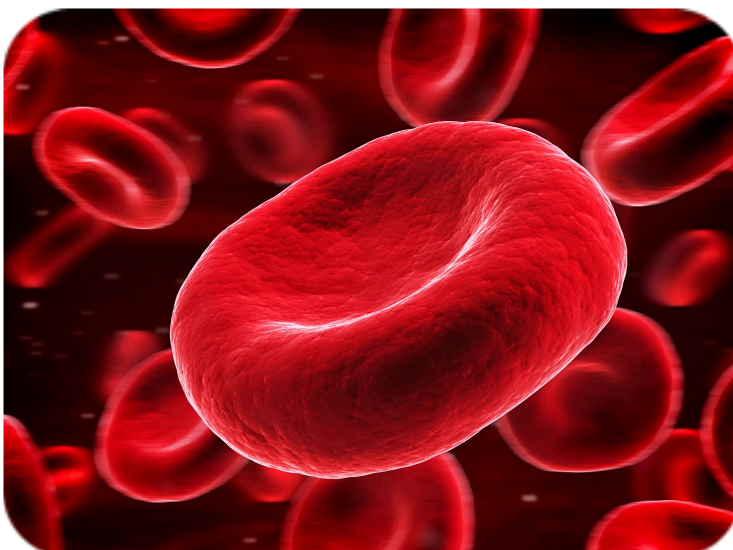
کاتێک ئۆکسجین لەگەڵ هیمۆگلۆبین یەکدەگرێت ئەوا ئۆکسی هیمۆگلۆبین پێکدێنێت کە ڕەنگی خوێنەکە سورێکی ئاڵ و ڕووناکە ، بەڵام کاتێک دوانۆکسیدی کاربۆن لەگەڵ هیمۆگلۆبین یەکدەگرێت ئەوا کاربۆکسی هیمۆگلۆبین پێکدێنێت کە ڕەنگەکەی سوورێکی تاریکە.

لە هەر **100 ml** خوێندا **14 - 18** گرام هیمۆگلۆبین هەیە .

ژیانی خڕۆکە سوورەکان **90 - 120** ڕۆژە ، لە دوای ئەم ماوەیە ، خڕۆکە سوورەکان تێکدەشکێن و خڕۆکەی سووری نوێ جێگەیان دەگرێتەوە.

خۆراکە ماددەی خڕۆکە سوورەکان :

ئاسن **(iron)** ، ڕێژەی ئاسن لە پیاواندا کە پێویستە هەبێت **5 mg/day** ، وە لە ئافرەتاندا ڕێژەی ئاسنی پێویست **10 mg/day** .



کەمی ڕێژەی ئاسن لە خواردەمەنیدا دەبێتە هۆی کەمخوێنی بەهۆی کەمی ئاسن کە پێی دەڵێین **iron deficiency anaemia.**

کەمخوێنی **anaemia** : مەبەست لێی کەمبوونی ژمارەی خڕۆکە سوورەکانە لە خوێندا ، کەمتر لە ڕێژەی ئاسایی خۆی.

هۆکارەکانی کەم خوێنی بەهۆی R.B.C:

١- کەمی لە درووست بوونی خڕۆکە سوورەکان .

٢- زیاد تێکشکانی خڕۆکە سوورەکان بە ئاسانی.

٣- ونبوون و چوونە دەرەوەی خڕۆکە سوورەکان بەهۆی خوێنبەربوون.

جۆرەکانی کەمخوێنی لە ڕووی ڕێژەکەیەوە:

١- کەمخوێنیەکی کەم **mild**(خفيف)، **10 - 11 gm %**

٢- کەمخوێنی(**moderate**)مامناوەند، **7 - 8 gm.**

٣- کەمخوێنی **(severe)**زۆر قورس , کەمتر لە **6 gm.**

خۆراکە ماددیەکی دیکەی **R.B.C** بریتییە لە پرۆتین **protein** : ئەمینۆ ئەسید دابین دەکات بۆ پێکهاتەی هیمۆگلۆبین.

ئەو کەمخوێنیەی کە بەهۆی کەمی پرۆتینەوە درووست دەبێت پێی دەڵێین **Protein deficiency anaemia.**

خۆراکە ماددیەکی دیکە بریتییە لە **Vitamin B12** لەگەڵ **Folic acid** : ئەگەر **Vit B12** و **Folic acid** نەبێت ، ئەوا شێوەی خڕۆکە سوورەکان بە گەورەی درووست دەبێت لە ڕووی قەبارەوە وە کەم دەبێت ، وە ئەمەش دەبێتە هۆی کەمخوێنییەک کە پێی دەڵێین **Microcytic anaemia** یان **Megaloblastic anaemia .**

خۆراکە ماددیەکی دیکەی **R.B.C** بریتییە لە **intrinsic factors** : ئەمەیان لەلایەن گەدەوە دەردەدرێت ، کە یارمەتی مژینی **Vitamin B12** دەدات لەلایەن گەدەوە ، ئەگەر گەدە نەیتوانی **intrinsic factor** بەرهەم بهێنێت ئەوا ئەوکاتە **Vitamin B12** نامژرێت لەلایەن گەدەوە ، وە ئەمەش دەبێتە هۆی کەمخوێنییەک کە پێی دەڵێین **Pernicious anaemia.**

تێبینی/ **Vitamin B12** لەدوای مژینی لەلایەن گەدەوە ، دواتر لە جگەردا هەڵدەگیرێت وە دواتر دەنێردرێت بۆ مۆخی ئێسک بۆ یارمەتیدانی دروستبونی خڕۆکە سوورەکان.

خۆراکە ماددیەکی دیکەی **R.B.C** بریتییە لە **Erythropoietin** : بەشێوەی هۆرمۆنە ماددیە ، ئەمە **90%** ی لە گوورچیلەو **10%**ی لە جگەردا ، بۆیە کاتێک کەسێک گوورچیلەی لادەبات **(Nephrectomy)** ئەوا بەرەو کەمخوێنی دەڕوات.

جۆرێکی خڕۆکە سوورەکان هەیە پێی دەڵێین **Reticulocytes** ، ئەم جۆرە خڕۆکەی سووری نا کامڵە ، بەهۆی پەلەکردن لە درووستبونیەوە پەیدا دەبێت ، کە بە شکڵ و شێوە لە ئاسایی دەچێت بەڵام جیاوازە لە ڕوویی ئەوەی تۆڕێکی باریکن ، هەروەها **RNA** دەمێنێتەوە لەناو سایتۆپلازمدا.

ئەم تۆڕە باریکانە دەتوانرێت ببینرێ دوای بۆیە کردنی سایتۆپلازم بە بۆیەی **Brilliant cresyl blue** ، لە خوێنێکی تازەو فرێشدا.

ژمارەی ئاسایی ئەم جۆرە خڕۆکە سوورانە **1 - 1.5 %** لە کۆی گشتی خانەکانی خوێن.

ئەم جۆرە خڕۆکە سوورانە زیاددەکەن لەم حاڵەتانەدا

خوێن بەربوون ، لە شوێنی بەرز لە ئاستی ڕووی دەریا ، ڕیازەی ماسوولکەکان ، لەکاتی چارەسەرکردنی جۆری کەمخوێنی **Pernicious anaemia** کە لە سەرەوە باسمان کردووە .

دوای **90 - 120** ڕۆژ خڕۆکە سوورەکان لەناو دەچن بەهۆی کاری **Macrophages** کە لە مۆخی ئێسک و سپڵ و جگەر و لیمفە گرێکاندا هەن ، ئەم تێکشکاندنەش بەم قۆناغانەدا دەڕوات

هیمۆگلۆبین**Haemoglobin**   تێکدەشکێت بۆ **Haem** لەگەڵ **Globin** هەروەها گلۆبینیش دەبێتە **amino acid** ، بەڵام **Haeme** تێکدەشکێت بۆ ئاسن **Fe++** لەگەڵ **pigment.**

ئاسن دووبارە بەکاردێتەوە بۆ درووستبوونی خڕۆکەی سووری نوێ، بەڵام **Pigment** دەبێت بکرێتە دەرەوە لە لەش .

هیمۆگلۆبین سەرەتا ئۆکسجین وون دەکات ، کەڕەنگی خوێنەکە دەبێتە سوورێکی تاریک ،دواتر دەبێتە بیلیروبین **Bilirubin** هەنگاو بە هەنگاو، دواتر بۆ جگەر دواتر ڕیخۆڵە باریکە دواتر بۆ ڕیخۆڵە ئەستوورە وە لەوێشەوە بەشێکی لە ڕێگەی پیسایی دەکرێتە دەرەوە کە پێی دەڵێین **Stercobilin.**

بەڵام **Bilirubin** کە لە ڕێگەی میزەوە بکرێتە دەرەوە پێی دەڵێین **Urobilinogen.**

ئەو کردارەی کە خڕۆکەی سووری تێدا درووست دەبێت پێی دەڵێین **Erythropoiesis.**

ئەو حاڵەتانەی کە خڕۆکە سوورەکانی خوێن RBC زیاد دەکەن.

١- ئەوانەی جگەرە کێشن
٢- نەخۆشی درێژ خایەنی سییەکان
٣- نەخۆشی گوورچیلە
٤- نەخۆشی جگەر
٥- هەندێک لە شێرپەنجەکان
٦- زۆر خواردنەوەی ئەلکهوول
٧- ئەو حاڵەتانەی کە پەیوەندی بە شلەی لەشەوە هەیە، وەک ووشکبونەوە ، ڕشانەوە سکچوون ، ئارەقکردنەوەیەکی زۆر ،هەروەها بەکارهێنانی میزپێکەرەکان ، واتە لەم حاڵەتانە کە شلەو فلوودی لەش کەمدەکات **RBC** زیاد دەکات ..
وە هەندێ حاڵەتی دیکەش ...

ئەو حاڵەتانەی خڕۆکە سوورەکان RBC کەمدەکات..

١- کەمخوێنی ، بەهۆی خوێن بەربوون و خوێن لێ ڕۆشتنی زۆر.
٢- برینی گەدە.
٣- شێرپەنجەی کۆلۆن.
٤- تالاسیما.
٥- کەمی ڤیتامین **B12** و **Folic acid** .
وە هەندێ هۆکاری دیکەش..

ئەو نیشانانەی کە لەشدا دەردەکەون کاتێک کەسێک کەمخوێن بێت.

١-لە ناوەندی مێشکدا شەکەتی و ماندووی ، سەرگێژی و ووڕی ، لە کەمخوێنی زۆر قورسدا بورانەوەش ئەگەری ڕوودانی هەیە).
٢-لە چاودا : (زەردبوونی چاو).
٣-لەپێستدا: (ڕەنگی سپی هەڵدەگەڕێ ، پێستی سارد دەبێت).
٤-لە دڵدا : (دڵە کوتێ ، خێرا لێدانی دڵ ، وە لە کەمخوێنیەکی زۆردا ئازاری سنگ و زەبحە و سەکتەی دڵ لەوانەیە ڕوبدەن).
٥-لە هەناسە و سییەکاندا :(تەنگەنەفەسی).
٦-لە ڕیخۆڵەکاندا :(گۆڕانی ڕەنگی پیسایی).
٧-لە ماسوولکەکاندا:(ماسوولکەکان لاواز دەبن).
٨-لە سپڵدا:(سپڵ گەورە دەبێت).

جۆرەکانی کەمخوێنی..

- کەمخوێنی بەهۆی لەدەستدانی خوێنەوە،بە برینداربون یان خوین بەربوون...هتد
- کەمخوێنی بەهۆی ئەوەی مۆخی سووری ئێسک زیانی بەرکەوتووە، ئەمەش بەهۆی دەرمان یان تیشکی **X-ray**،.. لەڕووی زانستییەوە بەم جۆرە دەڵێین **Aplastic anaemia**..
- کەمخوێنی بەهۆی شیبونەوەی خڕۆکە سوورەکان ڕودەدات، ئەمەش بەهۆی یەکێک لەم هۆکارانە:(نەخۆشی مەلاریا،ژەهراوی بوون،شێوەی نائاسای هیمۆگلوبین...هتد)
- کەمخوێنی بەهۆی بوونی خلل لە دروستبونی خوێندا ، ئەمەش بەهۆی (کەمی فاکتەری سەرەکی ،کەمی ئاسن،کەمی پرۆتین،کەمی ڤیتامین **C** و **B** ،کەمی ڤیتامین **B12** ،....)
- هەندی جۆری کەمخوێنی سەرچاوەکەی نەزانراوە....

گروپەکانی خوێن blood groups

ئەو کەسانەی گرووپی خوێنیان **A** ئەوا دەتوانن خوێن بدەنە کەسێک گرووپی خوێنی **A** یان **AB** بێت،**42%** کۆی گشتی گرووپی خوێن پێکدێنێت.

ئەوکەسەی خاوەنی گرووپی **B** بێت ئەوا دەتوانن خوێن بدەنە کەسێک گرووپی خوێنی **B** یان **AB** بێت، **9%** کۆی گشتی گرووپی خوێن پێکدێنێ.

ئەو کەسانەی گرووپی خوێنیان **O** بێت ، ئەوا بەخشەری گشتین واتە دەتوانن خوێن بدەن بە **(A و B و AB و O)**
46% کۆی گشتی گرووپی خوێن پێکدێنێت.

ئەوانەی گرووپی خوێنیان **AB** بێت ،وەرگری گشتین ، واتە لە هەموی وەردەگرن بەڵام تەنها بە **AB** دەبەخشن ، **3%** کۆی گشتی گرووپی خوێن پێکدێن..

زۆرترین زانیاری لەسەر مادەی ئاسن (Iron)

ئاسن چییە ؟

لە کاتی کەمی ئاسندا چی ڕوودەدات ؟

ئەو هۆکارانە چین کە دەبنە هۆی ڕوودانی کەمخوێنی بەهۆی کەمی ئاسن ؟

نیشانەکانی چین ؟

ئەو خۆراکانە کامانەن کە دەوڵەمەندن بە ماددەی ئاسن؟

چۆن چارەسەر دەکرێت؟

دەرمانەکانی کەمی ئاسن چۆن بەکاربهێنین بۆ ئەوەی زۆرترین سوودی هەبێت ؟

چۆن بتوانین خۆمان بپارێزین؟

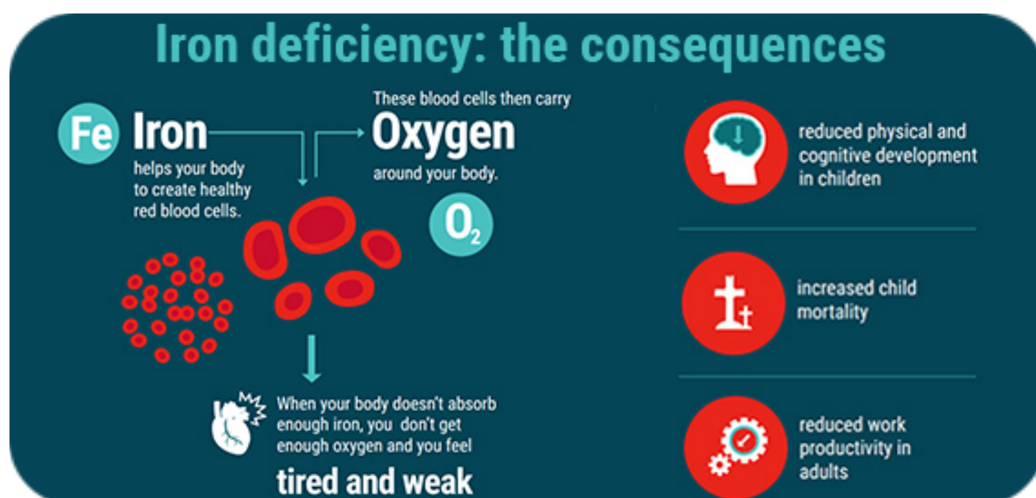
ئاسن چییە ؟

ئاسن یەکێکە لە کانزا گرنگەکان لەلەشدا ، ئاسن یەکێکە لە پێکهێنەرەکانی هیمۆگلوبینی خوێن،کە هیمۆگلۆبین لە خرۆکە سوورەکاندا هەیە و ئۆکسجین دەگوازێتەوە بۆ خانەکانی لەش..

لە کاتی کەمی ئاسندا(iron deficiency) چی ڕوودەدات ؟

وەک ووتمان ئاسن یەکێکە لە پێکهێنەرەکانی هیمۆگلوبین ، هیموگلۆبینیش بەشێکە لەخرۆکە سوورەکان ، کاتێک ئاسن کەم بێت ، ئەوا خرۆکە سوورەکان کەم دەبێت ، وە ئۆکسجینی پێویست ناگوازرێتەوە بۆ خانەکانی لەش..

کەمی ماددەی ئاسن ، باوترین هۆکارە بۆ ڕوودانی کەمخوێنی..



ئەو هۆکارانە چین کە دەبنە هۆی ڕوودانی کەم خوێنی بەهۆی کەمی ئاسن ؟

- لە ئافرەتاندا ، بەهۆی خوێن لێ ڕۆشتن لە سووڕی مانگانەدا.
- بەهۆی وەرنەگرتنی ڕێژەی پێویستی ماددەی ئاسن لە خۆراکەوە ، بەتایبەتی لە منداڵ و ئافرەتی دووگیاندا.
- بەهۆی بوونی خوێنبەربوونی ناوەکی ، واتە لە ناوەوەی لەش، ئەمەش بەهۆی برین ، یان نەخۆشی ، وەک شێرپەنجە ..هتد، یان لەوانەیە ڕووبدات لەکاتی بەکارهێنانی ئەسپرین ، خوێن بەربوونی ناوەوە یەکێکە لە باوترین هۆکارەکانی لەدەستدانی ئاسن و ڕوودانی کەمخوێنی.
- بەهۆی ئەوەی لەش توانای مژینی ئاسنی نەبێت ، ئەمەش بەهۆی هەندێ نەخۆشی ، یان بەشێک لە ڕیخۆڵە باریکە و گەدە لابرابێت.

نیشانەکانی کەمی ئاسن چین ؟

لەوانەیە هەست بە نیشانەکانی کەمخوێنی نەکەی لەسەرەتادا، چوونکە بەشێوەیەکی هێواش پەرە دەسەنێت ، هەتا ئەوکاتەی حاڵەتەکە توند دەبێت ئەو کاتە ئەم نیشانانەی خوارەوە بەدەردەکەون:



- هەستکردن بە لاوازی ماندوبون بە ئاسانی.
- تووشی سەر سوڕان دەبێت.
- سەر ئێشە
- ڕەنگی زەرد هەڵدەگەڕێت
- تەنگەنەفەسی.....

وە لە منداڵاندا گەشەیان زۆر کەمدەبێتەوە..

ئەو خۆراکانە کامانەن کە دەوڵەمەندن بە ماددەی ئاسن؟

- گۆشتی سوور
- سەوزەوات بەشێوەیەکی گشتی
- بەرهەمە دانەوێڵەییەکان

وەک نیسک.....هتد



چۆن کەمی ئاسن چارەسەر دەکرێت ؟؟؟

کاتێک دکتۆر بۆی دەردەکەوێت لە ڕێگەی فەحسەوە کە ڕێژەی ئاسن کەمە لە لەشدا ، ئەوکاتە دەرمانی ئاسنت بۆ دەنوسێ ، یان ئامۆژگاریت دەکات بە خواردنی ئەو خۆراکانەی کە دەوڵەمەندن بە ماددەی ئاسن ، بەڵام ئەوەی پێویست و گرنگە لێرەدا کاتێک ئێمە دەرمانەکان بەکاردێنین ئەوا پاش چەند ڕۆژێک هەست بەباشبوون دەکەین ، بەڵام نابێت بوەستین لە خواردنی دەرمانەکان ، هەتا ماوەی چەند مانگێک بۆ ئەوەی ڕێژەی ئاسنی تەواوەتی لە جەستەماندا جێگیر بێت.

وە پێویستە بەبێ ڕێنمایی دکتۆر و بینینی دکتۆر دەرمان بەکار نەهێنین بە ویستی خۆمان ، چوونکە ئەگەر بڕێکی زیاد لە پێویست لە لەشماندا هەبێت ، ئەوکاتە ژەهراویبوون ڕوودەدات، بۆیە پێویستە لە ژێر چاودێری و ڕێنمایی دکتۆر بەکاربهێنرێن.

دەرمانەکانی کەمی ئاسن چۆن بەکاربهێنین بۆ ئەوەی زۆرترین سوودی هەبێت ؟

بۆئەوەی زۆرترین سوود لە دەرمانەکان وەرگرین ، وا باشترە لەگەڵیدا ڤیتامین **C** بەکاربهێنین ، بۆ نموونە شەربەتی پرتەقاڵ ، بەڵام نابێت لەگەڵیدا شیروو کافایین و چای و یان هەر ماددەیەکی کالسیۆمی بەکاربهێنین چوونکە ئەمانە مژینی ماددەی ئاسنەکە کەمدەکەنەوە ، بۆیە سوودمەند نابیت لە بەکارهێنانی..

چۆن بتوانین خۆمان بپارێزین؟

بە زۆر خواردنی ئەو خۆراکانەی کە دەوڵەمەندن بە ماددەی ئاسن ، کەلە سەرەوە باسمان کردن، هەروەها لە ئافرەتی دووگیاندا زۆر کات دکتۆر **Prenatal vitamins** ی بۆ دەنووسێت ، ئەوانەی کە دەوڵەمەندن بە ئاسن ، .....



پرسیارێکی گرنگ کە زۆر کەس دەپرسێت بۆچی هەندێ جار لە فەحسدا ، ڕێژەی ئاسن (iron) ئاساییە ، بەڵام ڕێژەی فیریتین (Ferritin) کەمە ، یان هەندێک جار زۆرە، هۆکاری هەردوو حاڵەتەکە چییە؟؟

وەڵام

حەڵەتی یەکەم

ئەگەر ڕێژەی ئاسن ئاسایی بێت ، بەڵام فیریتین کەم بێت..

ئاسن ماددەیەکی کانزاییە لە خوێندا ، بەڵام فیریتین پرۆتینە ، کاتێک ئاسن دەچێتە خانەکانەوە ئەوا بەشێوەی فیریتین هەڵدەگیرێت ، بۆیە کاتێک کەمخوێنی ڕوودەدات بەهۆی کەمی ئاسن ئەوا کرداری کەمخوێنییەکە پلە بە پلە و هێواش ڕوودەدات ، بۆیە کاتێک جەستە ئاسنی تەواوەتی پێنەگات ، ئەوا سەرەتا ئەو ماددە ئاسنە بەکاردێنێت کە لە خانەکاندا بە خەزنکراوی هەیە ئەمەش بە شێوەی فیریتینە..بۆیە ڕێژەی فیریتین کەمدەکات سەرەتا..

حاڵەتی دووەم

کاتێک ڕێژەی ئاسن ئاسایی بێت ، بەڵام فیریتن زۆر بێت

ئەم حاڵەتە لەوانەیە بەهۆی هەوکردن و التهاباتەوە ڕوودەدات بەتایبەت لەو ئەندامانەی کە پرۆتین لە پێکهاتەیاندایە وەک سپڵ و جگەر ومۆخی ئێسک...

laboratory Information – زانیاریەکانی تاقیگە

هەوڵدەدەین بە زنجیرە باسێک هەندێک لەو زانیاریانە فەحسی گشتی خوێن
complete blood count (CBC) باس بکەین ورِوونبکەینەوە

یەکەم : خڕۆکە سپیەکانی خوێن White blood cell (WBC)

خڕۆکە سپییەکانی خوێن بەرگری لە لەش دەکەن دژی هەوکردن ، ئەگەر ماددەیەکی نامۆ بێتە لەش ئەوا هێرشی دەکاتە سەر و لەناوی دەبات، جا بەکتریا بێت یان ڤایروس یان هەر شتێکی نامۆ، قەبارەی خڕۆکە سپییەکان گەورەترە بە بەراورد بە خڕۆکە سوورەکان، بەڵام ژمارەیان کەمترە لە خڕۆکە سوورەکان، بۆیە کاتێک هەوکردن و التهاباتێک لە لەشدا ڕوودەدات ئەوا ژمارەی خڕۆکە سپییەکان WBC بەشێوەیەکی خێرا زیادد دەکەن، بۆیە ئەگەر لە فەحسدا بینیت WBC زیادی کردووە لە ڕێژەی ئاسای خۆی ئەوا ئاماژەیە بۆ التهابات..

ڕێژەی ئاسای wbc /microliter 11000 - 4500...

ژمارەی خڕۆکە سورەکانی خوێن—Red Blood Cell (RBC) count_

خڕۆکە سوورەکانی خوێن هەڵگری ئۆکسجینن کە لە سییەکانەوە دەیگوازنەوە بۆ شانەکانی لەش ، وە لەوێشەوە دوانۆکسیدی کاربۆن دەگێڕنەوە بۆ سییەکان، لە سییەکانیشەوە دەکرێتە دەرەوە لە ڕێگەی هەناسەدانەوە ، ئەگەر ڕێژەی RBC کەم بێت (anemia) ئەوا شانەکانی لەشمان بڕی تەواوی ئۆکسجینی پێناگات کە پێویستییەتی ، وە ئەگەر ڕێژەی RBC بەرز بێت کە پێی دەڵێین (Polycythemia) ئەمەش وادەکات خڕۆکە سوورەکان پێکەوە بنوسێن وە ئەمەش دەبێتە هۆی داخستنێکی بچووکی موولولە خوێنەکان بەمەش گواستنەوەی ئۆکسجین بۆ شانەکانی لەش قورس دەبێت..

ڕێژەی ئاسای لە پیاواندا million cell/microliter 6.1-4.7 ، وە لە ئافرەتاندا ..5.4-4.2

Platelet — پەڕەکانی خوێن

Platelet (thrombocyte) count (PLT)

پەڕەکانی خوێن بچووکترین جۆری خانەکانی خوێنە، کە گرنگە بۆ مەیینی خوێن ،کاتێک خوێن بەربوون ڕوودەدات پەڕەکانی خوێن گەورە دەبن و پێکەوە تۆپەڵ دەبن ، بەمەش وادەکەن خوێن بەربوونەکە بوەستێنن ،بۆیە ئەگەر ژمارەی پەڕەکانی خوێن کەم بێت ئەوا توانای کۆنترۆڵ و مەیینی خوێن بەربوون کەمدەبێتەوە، هەروەها ئەگەر ڕێژەکەشی زۆر بێت ئەمەش کێشە دروست دەکات چوونکە دەبێتە هۆی مەیینی خوێن لە لوولە خوێنەکاندا ، هەروەها زۆری پەڕەکانی خوێن لەوانەیە ببێتە هۆی ڕەقبونی خوێنبەرەکان
..(atherosclerosis)

ڕێژەی ئاسایی : **.platelet/microliter 450,000-150,000**

ئەگەر لە **450,000** زیاتر بێت پێی دەڵێین ..
thrombocytosis

وە ئەگەر لە **150,000**کەمتر بێت پێی دەڵێین..
thrombocytopenia

Hematocrit (HCT) or Packed cell volume (PCV)

ئەم فەحسە بڕی خڕۆکە سوورەکان دیاری دەکات کە لەناو خوێندا هەیە، واتە ئەو بۆشاییەی کە خڕۆکە سوورەکان داگیریان کردووە لە کۆی گشتی خوێندا ، بۆ نموونە ئەگەر **HCT** ڕێژەکەی **38** بێت ، ئەوا مانای وایە خڕۆکە سوورەکان **38%** ی قەبارەی خوێنیان داگیر کردووە، بۆیە **HCT** فەحسێکی گرنگە بۆ زانینی کەمخوێنی و زۆر خوێنی...

ڕێژەی ئاساییەکەی :

لە پیاواندا: **50-40**

لە ئافرەتاندا : **46-36**

کۆمەڵێک زانیاری دیکە لەسەر فەحسی گشتی خوێن CBC ...

ئەمانەی باسی دەکەین پەیوەندی بە خڕۆکەسوورەکانەوە هەیە **RBC** ،

Mean Corpuscular Volume (MCV)
Mean Corpuscular Hemoglobin(MCH)
Mean Corpuscular Hemoglobin Concentration (MCHC)

ئەوەی یەکەمیان **MCV** قەبارە و حەجمی خڕۆکە سوورەکان نیشان دەدات،وە ئەوەی دووەمیان **MCH** تێکڕای بڕی هیمۆگلوبینە لە ناو خڕۆکە سوورەکاندا ،ئەوەی سێیەم **MCHC** تێکڕای چڕی و خەستی هیموگلوبینە لەناو خڕۆکە سوورەکاندا ،ئەم فەحسانە یارمەتیمان دەدەن لە دەستنیشانکردنی جۆرە جیاوازەکانی کەمخوێنی .

Red cell Distribution Width (RDW)

ئەمەش ئەوە نیشان دەدات ئەگەر خانەکان هەموویان وەک یەک بن یان جیاواز بن لەڕووی قەبارە و شێوەوە.

ڕێژەی ئاساییان:

MCV: 83-101
MCH: 27-32
MCHC: 31.5-34
RDW: 11.6-14



چەند تێبینییەک لەسەر فەحسی گشتی خوێن CBC

وەک پاشکۆیەک بۆ ئەو زنجیرە باسەی دەربارەی CBC نوسیومە.

١- ئەو تۆرنیکایەی یان ئەو لاستیکەی کە دەستی پێدەبەستیت ئەگەر بۆ ماوەیەکی زۆر بیبەستی ئینجا خوێنەکە وەربگریت,ئەوا ئەنجامەکەی باش دەرناچێت .

٢- ژمارەی خڕۆکە سپییەکانWBC دەگۆڕێت لە کاتی وەرزش و سترێس و ئەوانەی جگەرەکێشن.

٣- لە منداڵدا ژمارەی خڕۆکە سپییەکان زیاترە ئاساییانە بە بەراورد بە گەورە.

٤- وەرگرتنی هەندێ دەرمان دەبێتە هۆی کەمبوونی پەڕەکانی خوێن Low platelet levels ،وەک و ستیرۆید ، وە هەندێ جۆری antibiotic ،...هتد...

٥- ئەگەر ڕێژەی خڕۆکە سپییەکان و چەوری لە جۆری Triglycerides زۆر بەرز بێت ، ئەمە دەبێتە هۆی ئەوەی بەشێوەیەکی هەڵە ڕێژەی هیمۆگلوبین بەرزبێتەوە،،.

٦- وە ئەگەر سپڵ گەورە بوو ، ئەوا وادەکات ڕێژەی پەڕەکانی خوێن کەم بێت،.

٧- ئەوانەی دووگیانن Pregnancy ئەوا بە ئاساییانە ڕێژەی خڕۆکە سوورەکانیان کەمە RBC ....



فەحسی عامی میز : General Urine Examination (GUE)

بۆ فێربونی خوێندنەوەی فەحسی میز، زانیاری و دەرئەنجامەکان بزانە..

* سەرەتا ڕێژەی میزی ئاسایی 800 - 2500 ml لە ٢٤ کاتژمێردا..
* ئەمانەی خوارەوەش زانیاریەکان

١- ڕوونی (clarity): میز دەبێت ڕوون بێت، بەو مانایە نا کە بێڕەنگ بێت، بە شێوەیەکی ئاسایی**Clear**بێت.بەڵام بەکتریا و خوێن و کریستاڵ. میز تەڵخ و ناڕوون دەکەن.

٢- پرۆتین (Protein): بەشێوەیەکی ئاسایی دەبێت بە هیچ شێوەیەک پرۆتین نەبێت لە میزدا ،واتە سفر بێت ، بەڵام هەندێ هۆکار دەبنە هۆی درووستبونی پرۆتین لە میزدا وەک .. بەرزبوونەوەی پلەی گەرمی لەش (تا)، حاڵەتی دووگیانی ،وەرزش و چالاکی زۆر توند ،بەرزی پەستانی خوێن، شەکرە، هەندێ نەخۆشی بەتایبەت نەخۆشی گوورچیلە.

٣- کێشی جۆری (Specific gravity):ئەمە بڕی ئەو ماددانە دەردەخات کە لە میزدا هەیە ، هەروەها هاوسەنگی گورچیلەکان و بڕی ئەو ئاوەی کەلە میزدا هەیە، بەرزی ڕێژەی ئەم فەحسە دەرخەری ئەوەیە کە بڕێکی زۆر ماددەی نیشتوو(ڕەق)لە میزدا هەیە ، وە کاتێک ئاوێکی زۆر بخۆیتەو ئەوا ڕێژەی ئاو لە میزدا زۆر دەبێت بەمەش ژمارەکە کەمدەبێتەوە ،بەڵام کاتێک ئاو کەم بخۆیت ئەوا گوورچیلەکان میز بەرهەم دێنێت کە بڕێکی کەمی لە ئاو پێکدێت، بەمەش ژمارەی **Specific gravity** بەرز دەبێتەوە، ڕێژەی ئاسایی (1.005 - 1.030).

٤- ناوەندی (PH): ترشێتی و تفتێتی میز دیاری دەکات،بۆنمونە ئەگەر ٤ بێت ئەوا میز ناوەندێکی ترشی بەهێزە ، ئەگەر ٧ بێت ئەوا هیچیان نییە ، وە ئەگەر ٩ بێت ئەوا تفتێکی بەهێزە ، وە زۆر جار دکتۆر هاوسەنگی ترشێتی و تفتێتی بەکاردێنێت بۆ ڕێگری کردن لە درووستبونی بەردی گوورچیلە، ڕێژەی ئاسایی (4.6)

٥- گلوکۆز (Glucose): جۆرێکی شەکرە کە بەشێوەیەکی ئاسایی دەبێت ڕێژەکەی زۆر کەم بێت یان هەر نەبێت لەمیزدا ، بەڵام ڕێژەیەکی بەرزی گلوکۆز دەرخەری ئەوەیە کە شەکرە کۆنترۆڵ نەکراوە ، هەروەها نەخۆشی گوورچیلەش هەندێ جار دەبێتە هۆی بەرزبوونەوەی گلوکۆز لە میزدا ،ڕێژەیی ئاسایی (1 - 15mg/dl).

٦- Nitrites : کاتێک ڕێڕەوی میزەڕۆ التهابات دەکات **UTI** ، ئەوا ئەنزیمێک درووست دەبێت دەبێتە هۆی گۆڕانی **Nitrates** ی میز بۆ **Nitrites** وە بوونی **Nitrites** لە فەحسی میزدا ئەوا دەرخەری ئەوەیە کە ڕێڕەوی میزەڕۆ التهاباتی هەیە .

٧- WBC esterase : بوونی ئەمەش هەر دەرخەری ئەوەیە کە ڕێڕەوی میزەڕۆ التهاباتی هەیە.

٨- کیتۆن (Ketones): کاتێک چەوری تێکدەشکێت و دەگۆڕێت بۆ ووزە ، ئەوا ماددەیەک دروست دەبێت پێی دەڵێین کیتۆن ، بەرزی ڕێژەی کیتۆن لە میزدا دەرخەری حاڵەتی مەترسیدارە ، هەروەها نیشاستە و کاربۆهیدرات و ڕشانەوەی توند دەبێتە هۆی زیادبوونی کیتۆن لە میزدا.

٩- ڕەنگی میز Color : ڕەنگی ئاسایی میز زەردێکی کاڵ ، کەمێک زەردیەکەی چڕ بێت کێشەی نییە، لە پێشوودا سەرجەم گۆڕانەکانی ڕەنگی میز و هۆکارەکانیمان باس کرد..

فەحسێکی دیکەی میز بریتییە لە **Microscopic analysis:** لەم جۆرە فەحسەیاندا لە ئامێرێکدا **Centrifuge** کە میزەکە دەسوڕێنێتەوە و ماددە ڕەقەکانی ناوی دەنیشێت و دواتر ئەم ماددانە لەژێر مایکرۆسکۆبدا سەیر دەکرێت بۆ ئەم ئەنجامانەی خوارەوە:

خڕۆکەی سوور یان سپی **RBC or WBC:**

بەشێوەیەکی ئاسایی نابێت لە میزدا خوێن هەبێت ، بەڵام التهابات و نەخۆشی یان بریندار‌بوونی گوورچیلە ،میزەڵان ، بۆری میز، دەبێتە هۆی درووستبوونی خوێن لە میزدا ، هەروەها ڕاکردنی زۆر (ماراسۆن) ، دەبێتە هۆی ئەم حاڵەتە .

کریستاڵ یان ڕمڵ **Crystal:** کەسێکی تەندروست بڕێکی کەم کریستاڵ هەیە لە میزیدا ، بەڵام ئەگەر زۆر بوو ئەوا دەرخەری بەردی گوورچیلەیە.

بەکتریا و مشەخۆر **Bacreia &Parasites:** بەشێوەیەکی ئاسایی نابێت لە میزدا هەبێت ، بەڵام ئەگەر هەبوو ئەوا دەرخەری التهابات و هەوکردنە.

١٠-Casts :

هەندێک جۆری نەخۆشی گوورچیلە دەبێتە هۆی دروستبونی ماددەیەک پێی دەڵێین **Casts** ئەمە یارمەتیمان دەدات لە دەستنیشانکردنی جۆری نەخۆشی گوورچیلەکان.

ئەو هۆکار و حاڵەتانەی کە تێیدا ڕەنگی میز دەگۆڕێت

1- ئەگەر زەردێکی کاڵ بێت ئەوا تەندرووستە.

2- ئەگەر زەردێکی تۆخ و چڕ بێت ، هەر بە ئاسایی دادەنرێت ، بەڵام کەمێک بە ووشکبوونەوە دادەنرێ، واتە بڕێکی باش ئاو ناخۆیتەوە.

3- ئەگەر پرتەقاڵی بێت ، ئەوا ووشکبوونەوە هەیە ، واتە بڕێکی لەم ئاو شلەمەنی لەلەشدا هەیە ، یان لەوانەیە کێشەیەک لەجگەردا هەبێت، یان لەوانەیە بەهۆی خواردنی هەندێ خواردنەوە بێت، بەڵام لەکاتی بەیانیان کاتێک ڕەنگی میز گۆڕاوە ئەوە ئاساییە ، چوونکە ماوەی چەند سەعاتێکە خەوتویت و هیچ فلودێک یان شلەیەکت نەخواردووە ، بەڵام ئەگەر بە درێژای ڕۆژ وابێت ئەوا ئاسایی نییە و دەبێت بڕێکی باش فلوود و شلەمەنی بخۆی.

4- ئەگەر قاوەی بوو ، ئەوا زۆر بە توندی ووشکبوونەوە ڕوویداوە لەلەشدا ، واتە ئاو و فلودی لەش زۆر کەمە، یان نەخۆشی جگەرت هەیە.

5- ئەگەر نزیک سوور یان سوور بوو ، ئەوا میزەکەت خوێنی پێوەیە پێویست بە چارەسەری دەکات واتە خوێن هاتۆتە ڕێڕەوی میز لەناو گوورچیلەکانەوە یان ڕێڕەوی میزەڕۆ ، ئەمەش بەهۆی بوونی التهاباتی میزەڕۆ، التهاباتیش بەهۆی بەکتریا ڕوودەدات ، یان لەکاتی بەردی گوورچیلە، بەڵام خواردنی هەندێک خواردنیش لەوانەیە هۆکار بن ، بۆ نموونە چەوەندەر...

6- بەڵام ئەگەر بێ ڕەنگ و ڕوون بێت ، ئەوا بڕێکی زۆر ئاو و فلوود بەکاردێنی و لەلەشدا هەیە..

7- هەروەها لە کاتێکدا هیموگلوبین تێکدەشکێت ڕەنگی میز لەوانەیە بۆ جۆرەها ڕەنگ بگۆڕێت وەک ، سوور و قاوەیی و سەوز ...هتد

لەگەڵ هەموو ئەم حاڵەتانەشدا وەک ووتمان زۆرجار گۆڕانی ڕەنگی میز پەیوەندی بەو خواردنانەوە دەبێت کە دەیخۆین ، یان بەکارهێنانی هەندێ دەرمان ڕەنگی میز دەگۆڕێت..

_فەحسی عامی پیسایی (GSE) General Stool examination (

ئەم فەحسە بە وەرگرتنی نموونەیەک لە پیسایی ئەنجامدەدرێت بۆ زانی ی حاڵەت و تێکچوونەکانی پەیوەست بە کۆئەندامی هەرس ..

١- پیسایی ڕەنگی قاوەییە ئاسایی ئەمەش بەهۆی ئەوەی کاتێک خڕۆکە سوورەکان تێکدەشکێن یان تەمەنیان کۆتای هاتووە ئەوا بەشێکی لەڕێگەی پیسایی دەکرێتە دەرەوە**Bilirubin**، وە پیسایی دەبێت نەرم بێت ،بەڵام ڕەنگەکانی ڕەش و زەرد و سوور و سپی و سەوز نائاساییین،ڕەنگی سەوز زۆرجار بەهۆی خواردنەوەیە وەک سپێناخ،ئەگەر زەرد بێت ئەوا لەوانەیە التهابات بێت یان ڕیخۆڵە زیاد لە پێویست چالاک بێت ،ئەگەر سپی بێت ئەوا **bile** لە جگەردا کەم درووست دەبێت،ئەگەر ڕەش بێت ئەوا لەوانەیە بەشی سەرەوەی کۆئەندامی هەرس توشی خوێن بەربوون بوبێت ،ئەگەر شین بێت زیاتر لە منداڵدا ئاماژەیە بۆ ناساغی یان هەندی خواردن، هەروەها ئەگەر پیسایی زۆر شل بێت یان زۆر ڕەق هەر نائاساییە.

٢- پیسای بەشێوەیەکی ئاسایی نابێت خوێن و لینجە ماددە و ڕیشاڵی هەرس و جەراعەتی پێوە بێت،چوونکە ئەگەر خوێنی پێوە بێت ئەوا لەوانەیە ڕێڕەوی هەرسی توشی خوێن بەربوون بووبێت ، هەروەها ئەگەر ماددەی هەرسنەکراوی پێوە بێت ئەوا لەوانەیە پەنکریاس التهاباتی هەبێت.

٣- ناوەندی ترش و تفتی **PH** ،بەشێوەیەکی ئاسایی دەبێت لە نێوان **7 - 7.5** بێت ، ئەگەر لەو ژمارەیە کەمتر یان زیاتر بوو ئەوا نائاساییە،بۆ نموونە ئەگەر لە **7** کەمتر بێت ئەوا لەوانەیە هۆکارەکەی لاوازی لەمژینی کاربۆهیدرەیت و چەوری بێت،بەڵام ئەگەر **PH** لەو ڕێژە ئاساییەی خۆی زیاتر بێت ئەوا لەوانەیە هەوکردنی ڕیخۆڵەکان بێت یان **antibiotic** بەکاربێنیت (دەرمانی التهابات).

٤- دەبێت ڕێژەی گلوکۆز لە **0.25 g/dl** کەمتربێت ، کەپێی دەڵێین **Reducing factors** ، بەرزی لەڕێژەی **Reducing factor** ئەگەر **0.25** یان زیاتر بێت ئەوا لەوانەیە کێشەی لە سیستەمی هەرسکردنی هەندێ جۆری شەکردا هەبێت، هەروەها ئەگەر

ڕێژەکەی لەوە کەمتر بێت ئەوا لە ئەنجامی خراپ خۆری یان هەندێ دەرمان وەک **Colchicine**...دروست دەبێت.

٥- ڕێژەی ئاسای چەوریيە ماددە **Fat** دەبێت لە **2-7 g/24h** بێت ،بەڵام ئەگەر ڕێژەکەی بەرزتر بوو ئەوا دەگەڕێتەوە بۆ هەندێ نەخۆشی وەک هەوکردنی پەنکریاس یان ناتەواوی هەرس ..هتد

٦- ئەگەر خرۆکەی سپی **WBC**لە پیسایيدا هەبێت ، ئەوا دەرخەری ئەوەیە کە التهاباتی ڕیخۆڵەکانی هەیە یان برین و هەوکردنی پەردەی ڕیخۆڵە کوێرە یان هەر التهاباتێکی بەکتریایی.

٧- ئەگەر لەم فەحسەدا **Rotaviruses** دەرکەوت ئەوا نیشانەی سکچوونە بە تایبەت لە منداڵاندا.

* ئەو هۆکارانەی کە وادەکەن ئەم فەحسە ئەنجامەکەی باش و یارمەتیدەر نەبێت یان ڕاست دەرنەچێت بریتییە لە هەندێ دەرمان وەک گرووپی دژەهەوکردنەکان **antibiotics** یان دژە سکچوونەکان **anti diarrhea** یان مەگنسیوم یان بە گشتی **non steroid anti-inflammatory drugs (NSAIDs)**



Thyroid test (TSH).. فەحسی غوددە

ڕێژەی ئاسای، نیشانەکانی کەمبو ن و زیادبوونی ، چەندەها زانیاری دیکەش..

ئایا دەزانی TSH ئەگەر ژمارەکەی کەمبوو ئەوا ئەوە دەگەیەنێت کە ڕژێنی سایرۆیدت زیاد لە پێویست چالاکە Hyperthyroidism، واتە بە پێچەوانەی ئەوانی دیکەوەیە..

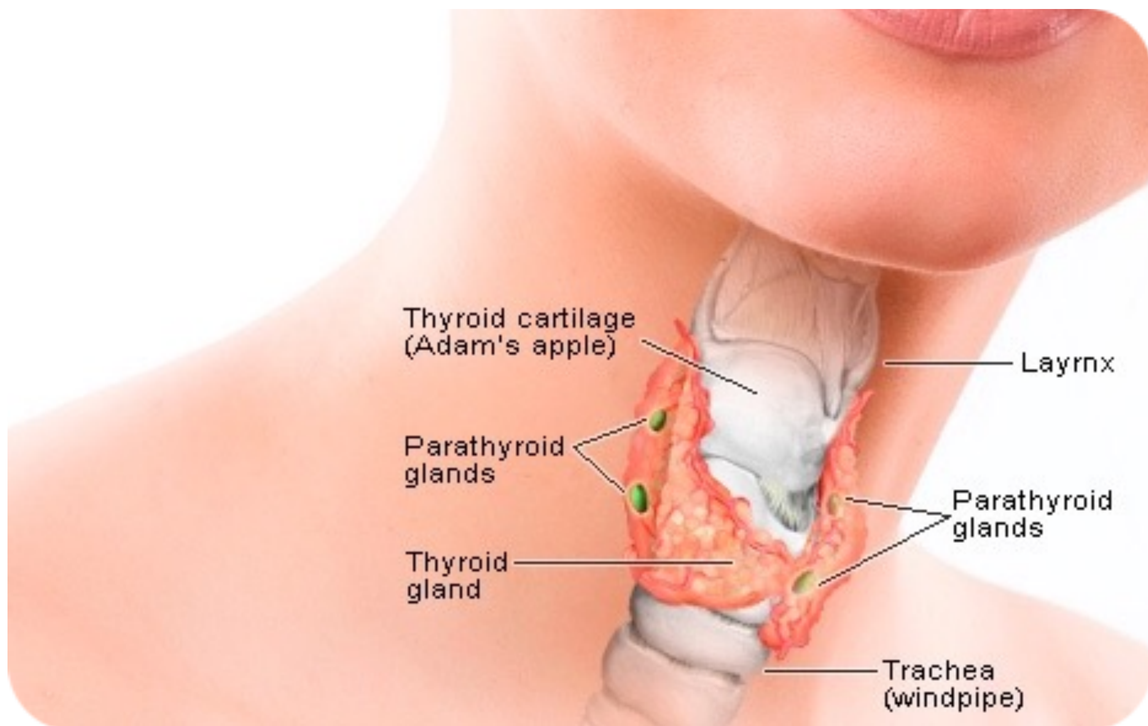
Thyroid stimulating hormone (TSH)

سایرۆید هۆرمۆنێکە لەلایەن ژێر مێشکە ڕژێنەوە هان دەدرێت ..هۆرمۆنەکانی سایرۆید ڕۆڵێکی گرنگیان هەیە لە ڕێکخستنی ئەو ووزەیەی کە لەش بەکاری دێنێت..

ڕێژەی ئاسایی **micro Iu/ml(TSH)0.25-5**

ئەگەر لە فەحسدا ڕێژەی سایرۆی **(TSH)** بەرز بێت ، ئەوا ئاماژەیە بۆ کەم چالاکی سایرۆیدە ڕژێن **Hypothyroidism**، وە ئەگەر زۆر بەرزیش بێت ئەوا لەوانەیە نەخۆشەکە کێشەی لە ژێر مێشکە ڕژێندا هەبێت**(pituitary gland)....**

بەڵام ئەگەر لەم فەحسەدا ئەنجامەکەی نزمتر بوو لە ڕێژەی ئاسایی خۆی ئەوا ، سایرۆیدە ڕژێنی زیاد لە پێویست چالاکە **Hyperthyroidism..**



نیشانەکانی زیاد لەپێویست چالاک بوونی سایرۆید **Hyperthyroidism** ئەمانەن.

- خێرا لێدانی دڵ
- کەمبوونی کێشی لەش
- قەڵەقی
- کەم خەوی
- شڵەژاوی و ئارەقکردنەوە و بەرگەنەگرتن بەرامبەر بەرزی پلەی گەرما....هتد

نیشانەکان کەم چالاکی سایرۆیدە ڕژێن **Hypothyroidism** ئەمانەن:

- هێواش لێدانی دڵ
- زیادبوونی کێش
- بێتاقەتی و لاوازی و بێهێزی
- بەرگە نەگرتن بەرامبەر نزمی پلەی گەرما...هتد

هەروەها ڕژێنی سایرۆید بەرپرسە لەکۆنترۆڵی دەردانی دوو هۆرمۆن ، ئەوانیش **T4 , T3..**

Thyroxine (T4) (60 - 120) nmol/L
Triiodothyronine (T3) (0.9 - 2.33) nmol/L

نیشانەکانی نەخۆشی غوددە Thyrotoxicosis

١- شەکەتی و ماندوویی
٢- خێرا لێدانی دڵ
٣- دابەزینی کێش
٤- وەرینی قژ
٥- کەم خەوی (خەوزڕان)
٦- ئازاری ماسوولکە
٧- زیادبوونی ئارەق کردنەوە
٨- لاوازی لە پەلەکانی سەرەوە و ڕان
٩- جوڵەو چالاکی هەرس و ڕیخۆڵەکان زیاد دەبێت
١٠- هەوکردن یان ئاوسانی چاو

...هەندێ نیشانەی دیکەش.

فەحسی بیلیروبین (Bilirubin test)

لەڕێگەی خوێنەوەبۆ دیاریکردنی زەردوویی (Jaundice)..
باسی بیلیروبین ،ڕێژەی ئاسایی، بۆچی ئەم فەحسە دەکرێت، زەردووی هۆکارەکانی چییە، چەندەها زانیاری دیکەش...
ئەم فەحسە بۆ دیاریکردنی ڕێژەی بیلیروبینە لە خوێندا ، بیلیروبین ڕەنگێکی زەردباوە لە ناو شلەی بایڵ ، کە ئەم شلەیە جگەر دروستی دەکات.
وە باشتر وایە پێش ئەوەی ئەم فەحسە ئەنجام بدەیت بۆماوەی چوار سەعات پێشتر هیچ خواردن و خواردنەوەیەک نەخۆیت.
وەک دەزانن خڕۆکە سوورەکان تەمەنیان هەیە ، دوای تەواوبونی تەمەنیان خڕۆکەی سووری نوێ جێگەیان دەگرێتەوە، جگەر یارمەتی تێکشکاندن و کردنەدەرەوەی ئەم بیلیروبینە دەدات بۆ دەرەوەی لەش لەڕێگەی پیسایی و میزەوە.
بەرزی ڕێژەی بیلیروبین لە لەشدا دەبێتە هۆی زەردوویی ، کە ئەمەش زەردبوونی ڕەنگی پێست و چاوە.
ڕێژەی ئاسایی کۆی بیلیروبین لە لەشدا بریتییە لە :
mg/dL 1.9 - 0.3
وە ئەم ڕێژە ئاساییە لەوانەیە کەمێک بگۆڕێت لە تاقیگەیەکەوە بۆ تاقیگەیەکی دیکە ، وە بەپێی وەرگرتنی نموونەکە..
هۆکارێک بۆ ڕوودانی زەردوویی و زیادبوونی ڕێژەی بیلیروبین بریتییە لە تێکشکانی خڕۆکە سوورەکان زیاد لە ڕێژەی ئاسایی خۆی، ئەمەش بەهۆی چەند هۆکارێکەوە:
- نەخۆشییەکانی خوێن ، کە پێیان دەڵێین **Erythroblastosis fetalis**
- ناتەواوی و نەخۆشییەکانی خڕۆکە سوورەکان کە پێی دەڵێین **Hemolytic anemia**
- یان لە کاتی گواستنەوەی خوێن لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی دیکە ، لەلایەن سیستمی بەرگری کەسی وەرگرەوە خڕۆکە سوورەکان تێکبشکێنرێت.

هەروەها نەخۆشیی و ناتەواویەکانی جگەر دەبێتە هۆی زەردوویی و زیادبوونی ڕێژەی بیلیروبین وەک ئەمانەی خوارەوە:

- بریندار‌بوون یان نەخۆشی درێژخایەنی جگەر.
- هەوکردن و التهاباتی جگەر.
- وە نەخۆشیەکانی دیکەی جگەر.

هەروەها هەندێ حاڵەت کە لە زراو و ڕێڕەوی زراودا ڕوودەدەن لەوانەیە ببنە هۆی زەردوویی وە ئەمانەی خوارەوە:

- تەسک بوونەوەی نائاسایی ڕێڕەوی بایڵ لا زراو.
- شێرپەنجەی پەنکریاس یان زراو- بەردی زراو.

* لە منداڵی تازە لەدایکبوودا ڕێژەی بیلیروبین بەرزە لە ڕۆژە سەرەتاکانی تەمەنیدا ،وە دەبێت لێرەدا دکتۆرەکە ڕەچاوی چەند خاڵێک بکات لەسەر ئەمە ، بۆ نموونە خێرای ڕێژەی بەرزبوونەوەکەی چەندە و چۆنە ،وە تەمەنی منداڵەکە ، یان ئەگەر منداڵەکە پێش وەخت لەدایکبووبێت ، ئەمانە ئیشی دکتۆرەکەیە کاری لەسەر بکات..



زەردوویی (Jaundice) چییە ؟؟

زەردووی زەردبونی ڕەنگی پێست و چاوە ، هۆکارەکەی دەگەڕێتەوە بۆ زیادبوونی ڕێژەی بیلیرۆبین **Bilirubin** لە لەشدا ، **Bilirubin** ماددەیەکە کاتێک خڕۆکە سوورە تێکشکاوەکان دەمێنێتەوە لە لەشدا و ناکرێتە دەرەوە لە ڕێگەی پیسایی و میزەوە ، زەردوویی لەوانەیە نیشانەیەک بێت بۆ تێکچوون لە جگەر یان زراو یان پەنکریاس ، هەروەها نەخۆشی بۆماوەیی و هەندێ دەرمان وەک و ئەسیتامینوفین **acetaminophene** ، یان زۆر خواردنەوەی ئەلکهوولەکان لەوانەیە ببێتە هۆی زەردوویی،بەڵام ئاگاداربن هەموو ڕەنگ زەردیەک مانای ئەوە نییە زەردووی بێت ، کەمخوێنیش ڕەنگ زەردی دروست دەکات..

نیشانە و دەرکەوتەکانی زەردوویی...

١-ڕەنگی میز تێکدەچێت.

٢-تێکچوونی ڕەنگی پیسایی.

٣-خوران.

٤-بێهێزی و دابەزینی کێشی لەش.

٥-ئازاری ماسولکە و جومگەکان.

٦-هێڵنج و ڕشانەوە و ئازاری سک.

٧-گێژی و وورِی.



چی بکەین بۆ کەمکردنەوەی نیشانەکانی..

زۆر خواردن و خواردنەوەی شلەمەنیەکان ، ئەو خواردنانە بخۆ کە چەوری کەمە ، وەک سەوزە و دانەوێڵەکان و ماسی ...کە ئەمانە هەرسکردنیان ئاسانە و یادمەتیدەرن بۆ کەمکردنەوەی نیشانەکانی.، خۆت بە دوور بگرە لە بەکارهێنانی ئەلکهوول چونکە مەترسیدارە بۆ جگەر و ئەگەری توندکردنی نیشانەکانی زیاددەکات..



چۆن تشخیص و فەحسی ئەم نەخۆشییە دەکرێت،،

پێویستە دکتۆر بپرسێت لەو ماوەیەی کە نیشانەکانت تێدا دەرکەوتون هەروەها بپرسێت چی دەرمانێک بەکاردێنیت ، هەروە لە بەکارهێنانی ئەلکهول ، یان ئەگەر گواستنەوەی خوێنت بۆ کرابێت یان نەخۆشی جگەرت لە گەڵدا بێت ،وە پێویستە فەحسی خوێن و میز بکرێت بۆ زانینی ڕێژەی بیلیرۆبین لە لەشدا ،



ڤیتامین دی بناسە – Vitamin D

ڤیتامین D بۆچی پێویستە؟ لە چەند ڕێگا ڤیتامین D دەستدەکەوێت؟

ڕێژەی ئاسایی و نا ئاسایی ڤیتامین D چەندە لە فەحسدا؟

ئێمە بڕی چەند پێویستمان بە ڤیتامین D هەیە ڕۆژانە؟

هۆکارەکانی کەمی ڤیتامین D چییە؟

کێن ئەو کەسانەی مەترسییان زیاترە بۆ کەمبوونی ڤیتامین D لە لەشیاندا ؟

ئەو کێشە و حاڵەتانە چییە کە بەهۆی کەمی ڤیتامین D ڕوودەدات ؟

ئەو سەرچاوانەی ڤیتامین D تێدایە کامانەن ؟

نیشانەکانی کەمی ڤیتامین D چین؟

ئایا زۆری ڤیتامین D مەترسیدارە ؟

Vitamin (D) Deficiency کەمی ڤیتامین D

ڤیتامین D بۆچی پێویستە؟

ڤیتامین D یارمەتی لەش دەدات بۆ مژینی کالسیۆم، کالسیۆمیش پێویستە بۆ تەندرووستی ئێسکە خانەکان ، هەروەها ڤیتامین D ڕۆڵێکی گرنگی هەیە لە تەندرووستی دەمارەخانە و ماسوولکەکان و سیستمی بەرگری لەش..



لە چەند ڕێگا ڤیتامین D دەستدەکەوێت؟

بەشێوەیەکی سەرەکی لە سێ ڕێگاوە دەتوانین ڤیتامین D بەدەست بهێنین ، کە ئەمانەن:
لە ڕێگەی تیشکی خۆر ، لە ڕێگەی خۆراک ، یان لە ڕێگەی دەرمانی **Supplements** ،
ئێمە دەتوانین ئەم ڤیتامینەمان دەستبکەوێت لەڕێگەی تیشکی خۆر ، بەڵام ئەگەر بۆ
ماوەیەکی زۆر تیشکی خۆر لێمان بدات ئەوا زیانی بۆ پێستمان دەبێت و لەوانەیە ببێتە هۆی
شێرپەنجەی پێست.

ڕێژەی ئاسایی و نا ئاسایی ڤیتامین D چەندە ؟

ئەم ژمارانە لەوانەیە کەمێک گۆڕانکاری بەسەردا بێت لە تاقیگەیەکەوە بۆ تاقیگەیەکی
دیکە.،یان بەپێی سەرچاوەی جیاواز...

- ئەگەر ڕێژەکەی **25 - 80 ng/ml** بوو ، ئەوا باشترین ڕێژەیە، یان هەندێ سەرچاوەی تازە دەڵێن **50-70**
- ئەگەر ڕێژەکە **10 - 24 ng/ml** بوو ، ئەوا کەمی ڤیتامین D هەیە بەڵام بەشێوەیەکی کەم یان ئاسایی.بەپێی ڕێژەکەی.
- ئەگەر ڕێژەکەی لە **10 ng/ml** کەمتر بوو ، ئەوا زۆر کەمە ڕێژەکەی.- وە ئەگەر لە **80 ng/ml** زیاتر بێت ، ئەوا قۆناغی ژەهراویبوونە بە ڤیتامین D، کە ئەمەش مەترسیدارە.

ئێمە بڕی چەند پێویستمان بە ڤیتامین D هەیە ڕۆژانە؟

بڕی ئەو ڤیتامینەی ڕۆژانە پێویستمانە لەسەر تەمەنی کەسەکە بەندە ،بە ڕەچاوکردنی یەکەی نێودەوڵەتی **international units (IU)** بەم شێوەیەی خوارەوە:

- منداڵی تازە لەدایکبوو هەتا دوانزە مانگی ، پێویستی بە **400 IU**
- یەک ساڵ هەتا هەژدە ساڵ **600 IU**
- نۆزدە ساڵ هەتا حەفتا ساڵی بە هەمان شێوە **600 IU**
- حەفتا و یەک ساڵی و زیاتر پێویستی بە **800 IU**
- ئافرەتی دووگیان یان شیردەر **600 IU**

بەڵام بۆ کەسێک ڤیتامین D زۆر کەم بێت ، ئەوا پێویستی بە بڕێکی زیاتر دەبێت، ئەمەش بەپێی ڕێنمای دکتۆر..

هۆکارەکانی کەمی ڤیتامین D چییە؟

- بەهۆی نەخواردنی ئەو خۆراکانەی کە سەرچاوەن بۆ ئەم ڤیتامینە.
- کەم بەرکەوتەیی تیشکی خۆر.
- جگەر و گوورچیلە نەتوانن ڤیتامین D بگۆڕن بۆ شێوەیەکی چالاک ، کە لەش بتوانێت بەکاری بهێنێت.
- بەکارهێنانی هەندێک دەرمان کە کاربکاتە سەر مژینی ئەم ڤیتامینە.

کێن ئەو کەسانەی مەترسییان زیاترە بۆ کەمبوونی ڤیتامین D لە لەشیاندا ؟

- منداڵی شیرە خۆرە ، چوونکە منداڵ بەکەمی دەکەوێتە بەر تیشکی خۆر، هەروەها شیری دایک سەرچاوەیەکی لاوازە بۆ ڤیتامین D ، بۆیە ئاکادیمیایی ئەمریکی بۆ منداڵان ڕێنمایی دەدات لە پێدانی IU 400 ڕۆژانە بە منداڵان .
- ئەو کەسانەی کە بەتەمەنن ، چوونکە پێستیان بەباشی توانای وەرگرتنی ڤیتامین D نییە لەتیشکی خۆرەوە، وە گوورچیلەشیان بە باشی ناتوانێت ڤیتامین D بگۆڕێت بۆ شێوەیەکی چالاک.
- ئەو کەسانەی کە ڕەش پێستن ، توانای دەستکەوتنی ئەم ڤیتامینەیان کەمە لە تیشکی خۆرەوە.
- ئەو کەسانەی کە قەڵەون ، چوونکە چەوریە خانەکانیان پێکەوە دەنوسێن لەگەڵ ڤیتامین D بەمەش ڕێگری لێدەکەن کە بچێتە سوڕی خوێن.بەڵام مژینی ڤیتامین D پێویستی بە چەوری هەیە ، بەڵام کە زیاد لە پێویست بوو ئەو حاڵەتەی سەرەوە درووست دەکات.
- نەخۆشی درێژخایەنی جگەر و گوورچیلەکان،وە هەندێ نەخۆشی دیکە وەک شێرپەنجە...
- ئەو کەسانەی هەندێ دەرمان بەکاردێنن وەک **Cholestyramine , anti seizure, drugs anti fungal drugs , HIV/Aids medicines...**

ئەو کێشە و حاڵەتانە چییە کە بەهۆی کەمی ڤیتامین D ڕوودەدات ؟

کەمی ڤیتامین D دەبێتە هۆی چڕی و پتەوی ئێسکەکان کەم بێتەوە ، بەمەش مەترسی زیاددەکات بۆ سەر ئێسکەکان بۆ نموونە لەکاتی بەرکەوتن دەبێتە هۆی زوو شکانی هەروەها ئەگەر بەشێوەیەکی زۆر کەم بێت ، ئەوا دەبێتە هۆی ڕوودانی هەندێک نەخۆشی ، وەک ئێسکە نەرمە لە منداڵاندا **(Rickets)**،منداڵانی ئەفریقی و ڕەش پێست بەگشتی زۆرترین مەترسیان هەیە بۆ ڕوودانی ئەم نەخۆشییە ،هەروەها لە کەسی گەورەدا ئەگەر ئەم ڤیتامینە زۆر کەم بێت ئەوا دەبێتە هۆی **(Osteomalacia)** کە ئەمە حاڵەتێکە دەبێتە هۆی لاوازی و ئازاری ئێسکە خانەکان و لاوازی ماسوولکەکان .

توێژینەوەکان ئەوەیان دەرخستووە کە ئەو کەسانەی ڕێژەی ڤیتامین D لە لەشیاندا لە **30%** کەمتر بێت ، مەترسیان زیاترە بۆ ڕوودانی ڕووماتیزمە ، بەڵام ئەو کەسانەی لە **30%** زیاتر بێت ، ئەوا مەترسیان کەمترە.، بە تایبەت لە ئافرەتاندا.

وە هەندێ توێژینەوەش ئەوەیان دەرخستووە کە کەمی ڤیتامین D پەیوەندی هەیە بە نەخۆشیەکانی شەکرە و پەستانی خوێن و شێرپەنجە...

ئەو سەرچاوانەی ڤیتامین D تێدایە کامانەن ؟

سەرچاوە سرووشتییەکان لە خواردندا ئەمانەن:

- ماسی ، بەتایبەت سەلەمون
- پەنیر و شیر وبەرهەمە شیرەمەنییەکان بە گشتی
- قارچک
- جگەری حەیوان
- زەردێنەی هێلکە
- شەربەتی پرتەقاڵ هەروەها بەشێوەی دەرمان ، وەک **Supplement** ،
- بەشێوەی حەب یان شرووب بۆ منداڵ.. بەڵام ئەمانە لەژێر ڕێنمایی پزیشک دەبێت بەکاربهێنرێت..

نیشانەکانی کەمی ڤیتامین D چین؟

- هەستکردن بە نەخۆشی
- لاوازی و بێتاقەتی
- ئازاری ماسوولکە و ئێسک
- ئازاری پشت
- وەرینی قژ
- هەستکردن بە بوونی پەستان ...هتد

ئایا زۆری ڤیتامین D مەترسیدارە ؟

ئەگەر ڤیتامین D زیاد لە پێویست بێت ، ئەوا ناودەبرێت بە ژەهراوییبوون بە ڤیتامین D ،کە ئەمەش مەترسیدارە ، وە نیشانەکانی بریتین لەمانە:

- دڵ تێکەڵهاتن و ڕشانەوە
- کەمبوونی ئارەزوی خواردن
- قەبزی
- دابەزینی کێش و لاوازی



کۆمەڵێک لە ڤیتامینەکان بناسە

Vitamin A (Retinol)

بۆ تەندرووستی چاو و گەشەکردن بە شێوەیەکی گشتی ، بۆ نمونە بۆ درووستی لە ددان و پێستدا .

ئەو سەرچاوە سرووشتیانەی ڤیتامین A تێدایە..

بە تایبەتی گێزەر ، هەروەها هەندێک جۆر رووەک و میوەی ڕەنگ زەرد وەکو پەتاتە ، وە کاڵەکی زەرد ، هەموو ئەمانە دەبنە هۆی زیادکردنی ڤیتامین A لە لەشدا..

Vitamin B

سوودەکانی : بۆ بەرهەمهێنان وکۆکردنەوەی ووزە ، بەرگری لەش و خۆپارێزی ، هەروەها مژین و گرتنەخۆی ماددەی ئاسن.

ئەو سەرچاوە سرووشتیانەی ڤیتامین B تێدایە ..

لە زۆربەی ڕووەکە دانەوێڵەکان ، نیسک و پەتاتە و مۆز و بیبەری تیژ ، کۆمەڵەی پاقلەمەنییەکان ،....

Vitamin C

سوودەکانی: بۆ بەهێزکردنی لوولە خوێنەکان ، بۆ پێست ،دژە ئۆکسێنەو هەروەها بۆ مژینی ماددەی ئاسن...

سەرچاوە سروشتیەکان بۆ ڤیتامین C ,

هەموومان دەزانین کە پرتەقاڵ سەرچاوەیەکی سەرەکی ئەم ڤیتامینەیە ، بەڵام ئەمە تاکە سەرچاوە نییە ، بەڵکو چەندین سەوزەو میوەی دیکە وەکو .. بیبەری سوور و سەوز ، شەربەتی مێوژ ، کیوی ، گێلاس ، بروکلی ، کاڵەکە زەردە..

Vitamin E

سوود بە خشە بۆ چالاکی سوڕی خوێن ..

ئەو سەرچاوانەی ڤیتامین E تێدایە..،

بەشێوەیەکی سەرەکی لە گوێز و بادەم و هەروەها گوولەبەڕۆژە و تەماتە...

Vitamin K

ڕۆڵی هەیە لە مەیینی خوێندا..

سەرچاوە سرووشتیەکانی ڤیتامین K... ،

سەوزەمەنییەکان ، باشترین سەرچاوەن بۆ ئەم ڤیتامینە ، هەروەها سپێناخ و برۆکلی ..

Vitamin D

بۆ بەهێزی ئێسک بەسوودە بە شێوەیەکی سەرەکی.

ئەو سەرچاوانەی ڤیتامین D تێدایە ،..

هێلکە و ماسی و قارچک ، هەروەها ئەگەر بۆ ماوەیەکی کەم لەبەر تیشکی خۆردا بین ، ئەم ڤیتامینەمان دەست دەکەوێت،..



نەخۆشی ڕەبۆ (Asthma) چییە ؟؟؟

نەخۆشیەکی هەوکردنی درێژخایەنە لە ڕێڕەوی هەوا ،جیادەکرێتەوە بە زیادبوونی حاساسیەت بە هەندێ شتی وروژێنەری دەوروبەر..

ڕەبۆ دوو جۆری هەیە،، یەکەمیان **Allergic or immunologic disease** واتە بەهۆی حەساسیەت ،یان بەهۆی مەناعەوە،، بەڵام جۆری دووەم مناعی نییە،یان هۆکارێکی نەزانراوە،،،،

هۆکارەکانی تووشبون :

ناوەکیە یان دەرەکی

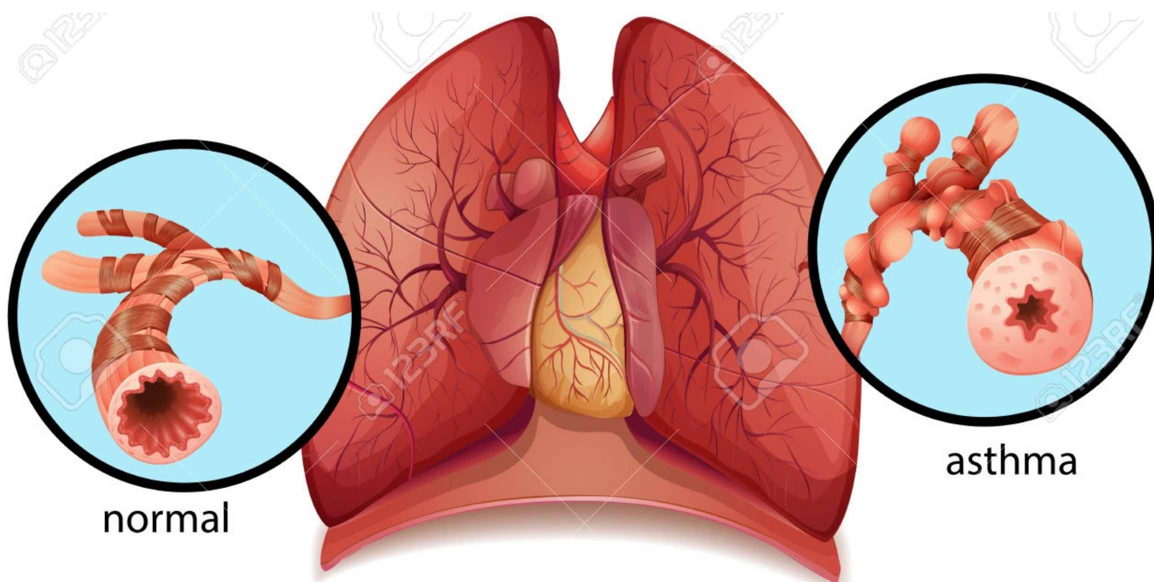
هۆکاری ناوەکی(بۆماوەی،حەساسیەت بەدەورو بەر،بۆری هەوای زیاتر حەساسترە،.....

هۆکاری دەرەکی یان ژینگەی (پیشەکەی،بەدووکەڵی جگەرە،کەسی قەڵەو،التهاباتی ڤایرۆسی......

نیشانەکانی :

خیزەی سنگی،تەنگەنەفەسی و ئازاری سنگ،بوونی کۆکە بەتایبەتی بەشەو یان بەیانیان زوو، زیادبونی هەناسەدان،ماندووبون بەهۆی زۆر هەناسەدانەکە،هەناسەدانەویان درێژ دەبێتەوە،...

ئەو فەحسانەی کە پێویستە بۆی بکرێت:(**P.F.T, Sputum analysis , CXR,, serum value ,, A.B.G analysis ,,, ECG**..)



بابەتێکی لەسەر نەخۆشی COPD

Chronic Obstructive Pulmonary Disease

نەخۆشی درێژخایەنی گیرانی ڕێڕەوی هەوا...

ئەم حاڵەتە لە سییەکاندا ڕوودەدات ، لە دوو نەخۆشی پێکدێت کە ئەمانەن..

یەکەم: Chronic Bronchitis : قصاباتی درێژخایەنی بۆریچکەکانی هەوا ، ئەم نەخۆشییەیان بەوە جیادەکرێتەوە کە دەردانی لینجە ماددە زۆر دەبێت لە ڕێڕەوی هەوا و ئەمەش دەبێتە هۆی درووستبوونی کۆکە وبەڵغەم .

دووەم: Emphysema :، هەڵئاوسانی سییەکان،،ئەمەیان ڕوودەدات کاتێک دیواری سیکلدانۆچکەکان تێکدەشکێت و کە هەوای لێوە دەچێتە ناو سییەکان بەڵام دواتر ناتوانێ هەناسەکە بداتەوە.

ئەو کێشەو گرفتانە کە لەوانەیە ڕووبدەن ئەگەر ئەم نەخۆشیە پشت گوێ بخەین

التهاباتی سییەکان زوو زوو ڕوودەدات

عجزی کۆئەندامی هەناسە (سییەکان)

عجزی لای ڕاستی دڵ (Cor-pulmonale)

بەراوردی ئەو حاڵەتانەی کە لە **Chronic bronchitis** و **Emphysema** ڕوودەدەن..

سەرەتا باسی ئەو نیشانەو حاڵەتانە دەکەین کە لە **Chronic bronchitis** ڕوودەدات...

کێشیان زۆرە ، دەست و قاچیان گەرمە ، تەمەنیان زیاتر لەنێوان ٤٠ بۆ ٥٥ ساڵیدایە ، سەرەتا بە کۆکە دەست پێدەکات ، شینبونەوە ڕوودەدات ، کۆکەیان زیاترە لە تەنگەنەفەسی ، بەڵغەمیان زۆرە ....هتد.

بەڵام ئەو نیشانە و حاڵەتانەی کە لە **Emphysema** ڕوودەدەن بریتین لەمانە...

کێشیان کەمترە ، قەلەقن ، دەست و قاچیان لەنێوان سارد بۆ مامناوەند دایە ، تەمەنیان لەنێوان ٥٠ بۆ ٧٥ ساڵیدایە ، سەرەتا بە تەنگەنەفەسی دەست پێدەکات ، شینبوونەوە کەمە یان هەر نییە ، تەنگەنەفەسییەکەیان زیاترە بەراورد بە کۆکە ، بەڵغەمیان کەمترە ، ....هتد

ئەگەر سەیری بکەین زۆربەی نیشانەکان پێچەوانەن لەو دووحاڵەتەدا ، ئەمە بەگشتی هەمووی بەم نەخۆشیانە دەڵێین **COPD** یان **COAD** یان **COLD** جیاوازیان نییە هەر کامیانت بینی هەمان شتە ..

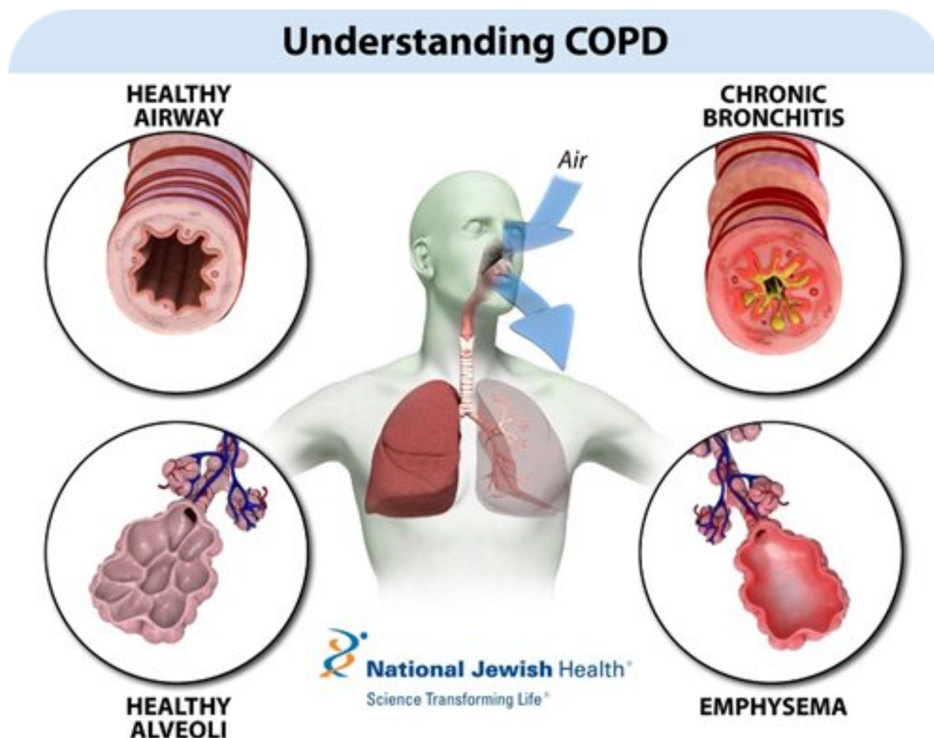
Pulmonary (P)
Airway (A)
Lung (L)

نیشانەکانی..

ئەم نەخۆشییە زیاتر لەو کاسانەدا گوومان دەکرێت کە تەمەنیان لە ٤٠ ساڵ زیاتر بێت،،وە نیشانەکەی کۆکەیەکی تەڕ و بەڵغەماوی بەردەوام و درێژخایەنی هەیە.، هەروەها ڕوودانی تەنگەنەفەسی، کە هەست دەکات سنگی گووشراوو قورس بێت ،،، .

ئەو فەحسانەی کە بۆی دەکرێت بۆ دیاریکردنی ئەم نەخۆشییە..

- **Chest X-ray (CXR)** اشیعەی سنگ
- **High Resolution C.T** اشیعەی تەنووری
- **pulmonary function test(P.F.T)** ئامێرێکە فووی پێدا دەکەیت،،



Typhoid Fever — گرانەتا

نەخۆشییەکە هۆکارەکەی بەکتریایە (سالامونیلا)، وە هۆکاری سەرەکی بۆ ئەم نەخۆشییە بریتییە لە خواردن و خواردنەوەی پیس بوو بە بەکتریا ، کاتێک خواردەمەنی پیس بوودەخۆیت ، ئەو بەکتریایە دەچێتە لەشەوە ، وە دەگوازرێتەوە بۆ ناو ڕیخۆڵەکان پاشان لەوێشەوە بۆ ناو خوێن،وە دەچێتە ناو لیمفە گرێیەکان و زرا و جگەرو سپڵ و بەشەکانی دیکەی لەش..



نیشانەکانی..

بەرزبوونەوەی پلەی گەرمی لەش **39.5c** یان بەرزتر ، بەشێوەیەکی گشتی جەستە هەست بە نەخۆشی دەکات ، ئازاری سک ، وە سکچوونێکی توند ئەگەر نەخۆشیەکە تونـد بوو، وە لە هەندێ کەسدا پەڵەی بچووکی سوور درووست دەبێت لە سک و سنگدا ،وە هەندێ نیشانەی دیکە وەکو نەرمبوونی سک ، پیسای خوێنی پێوەیە ، لەرز و تا ، گێژبوون و وڕی ، کەم توانای ، بەربوونی خوێنی لووت ، تەمبەڵی و لاوازی بەشێوەیەکی گشتی..

ئەو فەحسانەی کە دەرخەری گرانەتان

لە فەحسی گشتی **CBC** ژمارەی خڕۆکە سپییەکان **WBC** بەرز دەبێتەوە ، هەروەها لە زەرعی خوێندا لەیەکەم هەفتەدا بەکتریای سالمونێلا دەردەکەوێ کە هۆکاری ئەم نەخۆشیەیە ،وە هەندێ فەحسی دیکەش وەک فەحسی میز و زەرعی پیسای ، وە هەروەها لەوانەیە ژمارەی پەڕەکانی خوێن کەمبێتەوە **PLT**.

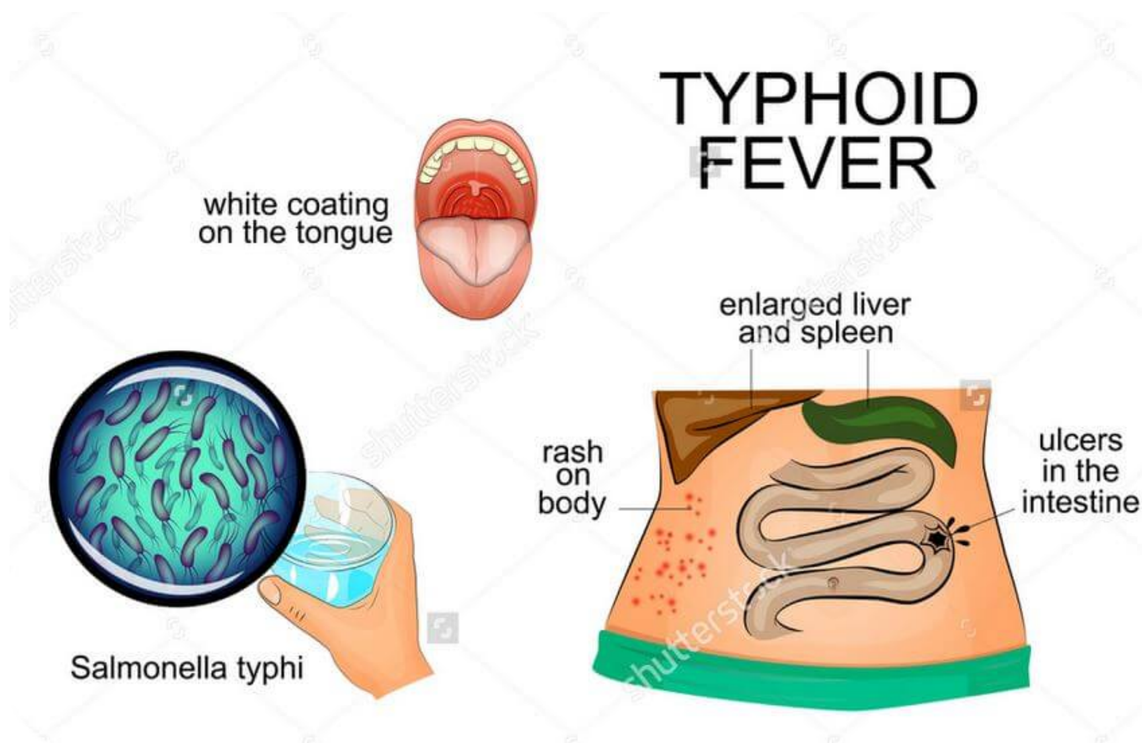
چارەسەر.

پێدانی فلوود و ئەلیکترۆلایتەکان بەڕێگەی i.V ،وە خواردنەوەی ئاو، هەروەها وەرگرتنی دەرمانی دژە هەوکردنەکان Antibiotic بۆ لەناوبردنی بەکتریاکە .

بەزۆری نیشانەکانی ئەم نەخۆشییە بەرەو باشبوون دەڕوات لە دوای دوو بۆ چوار هەفتە لە وەرگرتنی چارەسەر ،وە بەرهەمی چارەسەرییەکە بەزووی دەردەکەوێ ،بەڵام لەوانەیە نیشانەکانی دووبارە بگەڕێنەوە ئەگەر بەتەواوەتی چارەسەر وەرنەگریت ، بۆیە پێویستە ئەو دەرمانانەی کە دکتۆر بۆمان دەنووسێت بەپێی ڕێنماییەکانی بەکاری بهێنین ، چوونکە زۆر کەس هەیە کەمێک وەزعی باش بێت ئیتر واز لە بەکارهێنانی دەرمانەکان دێنێت ، بەڵام نازانێت کە بەتەواوی بەکتریاکە لەناو نەچوە و ئەگەری دووبارە تووشبونەوەی هەیە .

ئەو کێشەو گرفتانەی کە لەوانەیە ڕووبدەن

نەزیفی ڕیخۆڵەکان ،یان کوونبونی ، هەروەها هەوکردن و التهاباتی پەردەی سک ، عجزی گوورچیلە.



نەخۆشی شەکرە لە منداڵاندا (جۆری یەکەمی شەکرە)



نیشانەکانی چین ؟
هۆکاری تووشبوونی چییە ؟
کێن ئەو کەسانەی زیاتر مەترسییان هەیە تووشی شەکرە بن ؟
ڕێژەی ئاسایی و نا ئاسایی گلوکۆز ؟
ئەو کێشەو حاڵەتە مەترسیدارانە کامانەن کە ئەگەری هەیە ڕووبدەن ئەگەر بۆ ماوەیەکی زۆر شەکرەکەی کۆنترۆڵ نەکرا ؟

نیشانەکانی چین ؟

نیشانەکانی نەخۆشی شەکرە لەمنداڵاندا بە زوویی دەردەکەوێت .ئەو نیشانە و حاڵەتانەی کە بەسەر منداڵەکەدا دێت ئەمانەن:

- زیادبوونی تینوویێتی و زوو زوو میزکردن : زۆری ڕێژەی شەکرلە خوێن وادەکات کە شلەی خانەکان کێش بکات، بەمەش هەست بە تینوێتی دەکات،وە بەمەش ئاو زۆر دەخواتەوەو ، کە زۆرجار منداڵەکە میزی بۆ ڕاناگیرێت ، لەوانەیە لەسەر جێگەدا بیکات.

- هەستکردن بە برسێتی و ئارەزووی خواردن: کاتێک لەش انسولینی پێویستی نەبێت بۆ جوڵاندنی شەکر بۆ خانەکان ، بەمەش ماسوولکە و ئەندامەکانی منداڵەکە ووزەی کەم دەبێت ، بەمەش برسی دەبێت.

- دابەزینی کێش : لەگەڵ ئەوەشدا کە نان زۆر دەخوات بۆ کەمکردنەوەی هەستی برسێتی بەڵام کێشی کەم دەکات ، هەندێ جار بە خێرای ڕوودەدات،چوونکە ماسوولکەکان ووزەی پێویستی شەکریان پێناگات ،بەمەش سوود لە زۆر خۆریەکە نابینن و کێشیان کەم دەکات ، دابەزینی کێش زۆرجار یەکەم نیشانەی جۆری یەکەمی نەخۆشی شەکرەیە کە لە منداڵاندا ڕودەدات.

- **شەکەتی وماندووبوون :** کەمی شەکر لە خانەکانی منداڵەکە وا دەکات تەمەڵی بکات.

- **کاریگەری و گۆڕان لە ڕەفتار و هەڵسووکەوتی..**

- **بۆنی هەناسەدانەوەکەی بە نزیکەیی وەک بۆنی میوە وایە**، بەهۆی دروستبونی ماددەیەک کە پێی دەڵێین **Ketones**.

- **بەرچاو تەڵخ بوون :** ئەگەر شەکرەکەی زۆر بەرز بێت ، ئەوا کاریگەری دەکاتە سەر چاوی و شتەکان بە ڕوونی نابینێت ، واتە بەرچاوی تەڵخ دەبێت..

هۆکاری تووشبوونی چییە ؟

لە ڕاستیدا هۆکاری تووشبون بە نەخۆشی شەکرەی جۆری **1** زانراو نییە ، بەڵام لە زۆربەی کەسدا کە جۆری یەکەمی شەکرەیان هەیە ، سیستمی بەرگری لەش کاتێک دەجەنگێت لەگەڵ بەکتریاو ڤایروسی زیان بەخش ، ئەوا بە هەڵە انسولین لەناو دەبەن ، کە شوێنی دەردانی بریتییە لە پەنکریاس، هۆکاری بۆماوەیی و فاکتەری ژینگەی ڕۆڵیان هەیە و هۆکارن لەو کردارەدا.

انسولین ئیشی سەرەکی جوڵاندن و ناردنی شەکرە **(گلوکۆز)** ، لە خوێنەوە بۆ خانەکانی لەش ،وە شەکر دەچێتە خوێنەوە ئەو کاتەی خۆراک هەرس بوو. بۆیە کاتێک انسولینی پێویست نەبوو بۆ ئەم کردارە ئەوا ئەوکاتە نەخۆشی شەکرە ڕوودەدات، واتە گلوکۆز لە خوێندا دەمێنێتەوە و ناگوازرێتەوە بۆ خانەکانی لەش.

کێن ئەو کەسانەی زیاتر مەترسییان هەیە تووشی شەکرە بن ؟

- بۆماوەیی ،ئەگەر لە خێزانەکەیدا ، باوانیان توشبوو هەبێت ، ئەوا مەترسی زیاترە،
- بوونی ڤایروس ، کە ببێتە هۆی تێکشکاندنی خانەکانی درووستبونی انسولین.
- خۆراک و خواردەمەنی کاریگەری هەیە ، بۆ نموونە بە زوویی پێدانی شیری مانگا بە منداڵ مەترسی تووشبون زیاتر دەکات ، بەڵام شیری دایک سەلامەتە ، هەروەها کاتی پێدانی خواردەمەنییە دانەوێڵەییەکان کاریگەری هەیە.

ڕێژەی ئاسایی و نائاسایی گلوکۆز چەندە؟

ڕێژەی ئاسایی بریتیە لە **70 - 100 mg/dl** یان **3.9 - 5.5 mmol/L**

بەڵام ئەگەر لە **70 mg/dl** کەمتر بێت ، ئەوا نزمە یان بە یەکەی **mmol/L** کەمتر بێت لە **3.9**

وە ئەگەر لە **140 mg/dl** زیاتر بێت ، ئەوا بەرزە شەکرەکەی یان بە یەکەی **mmol/L** گەورەتر بێت لە **7.7**

ئەو کێشەو حاڵەتە مەترسیدارانە کامانەن کە ئەگەری هەیە ڕووبدەن ئەگەر بۆ ماوەیەکی زۆر شەکرەکەی کۆنترۆڵ نەکرا ؟

- نەخۆشی دڵ و لوولەکانی خوێن : ئەگەر شەکرە کۆنترۆڵ نەکراو بەرز بویەوە ، ئەوا مەترسی زیاددەکات بە توشبون بە نەخۆشیەکانی دڵ وەک تەسک بوونەوەی بۆریە خوێنەکانی دڵ ، سنگ ئێشە **(زەبحە)** ، یان جەڵدە ، وە مەترسی توشبوون بە نەخۆشی پەستانی خوێن لە دواتردا..
- زیان گەیاندن بە دەمارە خانەکان : کاتێک ڕێژەی شەکر زۆر بەرز بێت ، ئەوا زیان دەگەیەنێت بە دەمارەکان **Nerves** بە تایبەتی لە قاچدا ، سڕبوون و ئازار ڕوودەدات.
- زیان گەیاندن بە گوورچیلە : بەرزی ڕێژەی شەکر زیان دەگەیەنێت بە موولوولە خوێنە بچووکەکان ، ئەو شێوە هێشوەییانەی کە لە گوورچیلەکاندا کاری پاڵاوتن دەکەن ، ئەمەش مەترسی درووست دەکات بۆ ڕودانی عجزی گورچیلە.
- زیان گەیاندن بە چاو: بە هەمان شێوە بەرزی ڕێژەی شەکرە ، دەبێتە هۆی زیان گەیاندن بە موولولەخوێنەکانی تۆڕی چاو، ئەمەش دەبێتە هۆی کەم بینی یان مەترسیدارترکوێربوون، یان مەترسی بۆ ڕوودانی نەخۆشی چاو ، وەک.. **(Glaucoma)**.
- تێکچوونی پێست : شەکرە دەبێتە هۆی ڕوودانی کێشە و گرفت لە پێستدا ، وەک التهاباتی بەکتریایی یان کەڕوو، یان خوران..
- زیان بە ئێسکە خانەکان : شەکرە چڕی و پتەوی ئێسکە خانەکان کەم دەکاتەوە..

سڕکردن – بەنج – Anaesthesia چییە ؟؟

زانستی بەنج **Anaesthesiology** ووشەیەکی یۆنانیە، لە دوو بەش پێکدێت، **anaesthesia** بە واتای بێهۆش یان بێ ئێش و ئازار، وە **Logy** بەواتای زانست ، لەساڵی ١٨٤٧ پزیشکێکی منداڵبون بەناوی سیمپسۆن ،کلۆرۆفۆرامی بەکارهێنا بۆ کەمکردنەوەی ژانی منداڵبوون،ساڵی ١٨٧٠ یەکەم ئامێری بەنج لەلایەن زانایەک بەناوی جۆن سنۆ دروستکرا ،کۆتای سەدەی ١٨ بوو بە چەرخی سەرهەڵدانی بەنجی ناوچەیی **Local** ، ساڵی ١٨٨٤ زانا کارل کۆلەر دڵۆپەی کۆکایینی بەکارهێنا بۆ بەنجی چاو،..

جۆرەکانی بەنج :

یە کە م // بەنجی گشتی (General anesthesia GA)

ئەمەش بەم شێوازانەی خوارەوە دە کریت

- دەرزی ، واتە بۆ خوێنهێنەرەکان **intravenouse**

- بەڕێگەی هەڵمژین(**inhalation**)کە خۆی بەشێوەی شلەیە بەڵام بەهۆی بەشێک لە ئامێری بەنجەکە کە پێی دەڵێین **Vaporizer** دەیکات بەشێوەی هەڵم و گاز وە لە ڕێگەی ماسک یان تیوب بەهەموو جۆرەکانیەوە دەدرێت بە نەخۆش،

لەزۆربەی ئەو نەشتەرگەریانەی کە ماوەکەی زۆرە، پێویستمان بە هەردوو ڕێگەکە دەبێت، واتە یەکەم جار دەرزیەکانی لێدەدەین لەڕێگەی کانوولاوە ، کە ئەوانیش چەند دەرمانێکن لە دواتر باسیان دەکەین، وە دوای ئەمە تیوب دادەنێین و لە ڕێگەی گازی هەڵمژینەوە بەردەوامی دەدەین بە بەنجەکە،..

دووە م // نیو بەنج

ئەمەش دوو جۆرە:

Spinal anesthesia -

Epidural anesthesi-

بەڵام بۆ ئەم جۆرە بەنجە سێت و دەرمانی تایبەت بە خۆی هەیە .

- بەنجی جێگەی **Local anesthesia**: کە تەنها بمانەوی تەنها شوێنێکی تایبەت لە لەشدا بەنج بکەین ،

ئەو دەرمانانە کە لە بەنجدا بەکاردێت

سەرەتاش لەوانەوە دەست پێدەکەی کە پێش هەمویان دەیدەینێ ئەویش ناوی

کۆمەڵەکەی Premedication

پێدانی ئەم دەرمانانە لە پێش نەشتەرگەری،کە بریتین لە:(گرووپی

Benzodiazepine ،ئەم دەرمانانە دەگرێتەوە:

Librium ,, Lorazepam ,, Medazolam ,, Diazepam.......

ئەم دەرمانانە بۆ ئەم مەبەستانە بەکاردێن: لابردنی قەلەقی ، هێورکردنەوە ، بیربردنەوە ، ....

جۆرێکی دیکە لە **Premedication** بۆ کەمکردنەوەی دەردراوەکان بەکاری دێنین ،وەک لیک ..

کە ئەم دەرمانانەن **Hyoscine ,, Atropine** بەڵام ئەترۆپین بۆ بەرزکردنەوەی لێدانی دڵیش بەکاردێ.

دەرمانی هێورکەرەوە بۆ نەخۆشیک کە ئازاری زۆربێت بەڵام باش نییە بۆ نەخۆشێک کێشەی هەناسەی هەبێت،

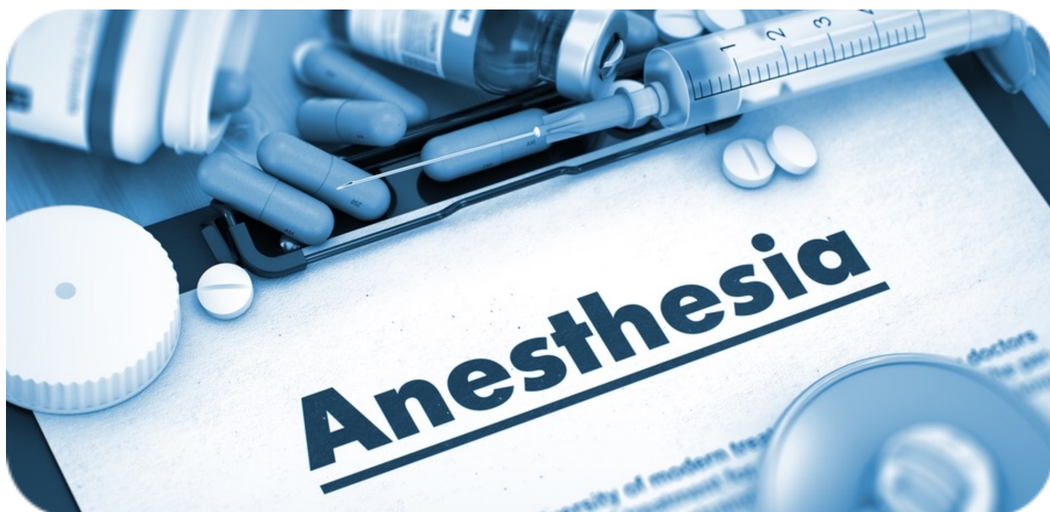
کۆمەڵێکی دیکە پێی دەڵێین antiemetic دژە ڕشانەوە

بۆ ئەوەی نەخۆش نەڕشێتەوە لە قۆناغەکانی بەنج، ئەم دەرمانانەن **Metoclopramide**

plasil(,, ئێستە درمانێکی نوێ هەیە پێی دەڵێن **Ondem**, بۆ هەمان مەبەست بەکاردێ.

دژە ترشەڵۆکیش ئەمانەن

(Tagamet ,, Omeprazol)....هتد..



ئەودەرمانانەی بۆ خەواندنی نەخۆش بەکاردێ

intravenouse induction drug
(Pentothal ,, Propofol ,, Ketamine)

یەکەم : Propofol

یەکێکە لەو دەرمانە بەنجانەی کە زۆرترین بەکارهێنانی هەیە لە ئێستادا
نەخۆش دەخەوێنێت لە دوای **40-20** چرکە بەڕێگەی **i.v** ،وە خێراش خەبەری دەبێتەوە واتە
کاریگەری کورتخایەنە ، بەڵام کاریگەری گێژی بۆ ماوەیەک دەمێنێت ، پرۆپۆفۆل زەخت
دادەبەزێنێت ، چوونکە دەبێتە هۆی کشانی موولولەخوێنەکان ، لەهەندێ حاڵەتیشدا لێدانی
دڵ زۆر کەمدەبێتەوە بۆیە پێویستە لەکاتی بەکارهێنانی ئەم دەرمانە ئەترۆپینت لەلا
بێت،لەدوای خەواندنی بەم دەرمانە هەناسەی نەخۆش دەوەستێنێت،وە ئەگەر دەرمانی
هێورکەرەوەو ئازار شکێنمان دابێتێ ئەم کاریگەریەی زیاد دەکات، ..
ئەم دەرمانە زەختی مێشک و چاویش کەمدەکاتەوە ،زۆر بە حەزەرەوە بەکاردێ بۆ ئەوانەی
گەشکەیان لەگەڵە,ڕێژەی پێدانی بۆ کەسێکی پێگەشتوو **mg/kg 2.5-2**,,,,بۆ کەسی
بەتەمەن **mg/kg 1.5-1**،،، بۆ منداڵ **mg/kg 3.5-2.5**..
دەتوانین بەڕێگەی ئینفیوشن **100-25** مایکرۆگرام بۆهەرکیلۆیەک لە دەقیقەیەکدا پێی
بدەین.
پرۆپۆفۆل جگە لە بەنجکردن وەک هێورکەرەوەش بەکاردێت **Sedation** بەتایبەت لە یەکەی
چاودێری ورد **ICU** ..

دووەم : Ketamine

لە ماوەی ٣٠ بۆ ٦٠ چرکە کاریگەری دەردەکەوێت بە **i.v** ،
زەختی مێشک بەرزدەکاتەوە،هەروەها لێدانی دڵ و زەختیش بەرز دەکاتەوە،...ڕێژەی
پێدانی **2 mg/kg** بە **i.V** ، بە **8-10 mg/kg i.M** ، هەروەها کیتامین بۆ مەبەستی ئازار
شکێن بەکاری دێنین بە ڕێژەی **0.5-0.25 mg/kg**.....
ئەگەر دەستی لەخوار ئاستی دڵیەوە بێت ئەوا لەوانەیە بەرز بیخوێنێتەوە ، وە ئەگەر دەستی
لەسەروو ئاستی دڵییەوە بێت لەوانەیە نزم بیخوێنێتەوە.
کەفەکە کە دەیبەستی لە دەستی با هەوای تێدا نەبێت سەرەتا ، وە دوو پەنجە سەروو چاڵای
دیوی ناوەوەی ئانیشک بیبەستە.

سێیەم : Pentothal(thiopental)

لەماوەی کەمتر لە ٣٠ چرکە کاریگەری دەردەکەوێت،بۆ ماوەی ١٥ دەقیقە کاریگەری دەمێنێت، زەختی مێشک کەم دەکاتەوە،زەختی چاو کەمدەکاتەوە،لەوەیە ببێتە هۆی دابەزینی زەخت،ڕێژەی پێدانی بۆ کەسێکی پێگەشتوو **6-4 mg/kg**,بۆ کەسی بەتەمەن **3-2.5 mg/kg**, بۆ منداڵ **6 mg/kg.....**

دەرمانی ماسوولکە خاوکەرەوەکانMuscle relaxant drugs

ئەو دەرمانانە کە بۆ خاوکردنەوەی ماسوولکە بەکاردێن

ئەم دەرمانانە بەگشتی پۆلێن دەکرێن بۆ دوو کۆمەڵەی سەرەکی:

1- Depolarizing blocking agents.

2- Non depolarizing blocking agents.

کۆمەڵەی یەکەم بریتتیە لەم دەرمانە

Suxamethonium (Scoline)

پی ئێچی ئەم دەرمانە ٣.٥ ، زیاتر ئەم دەرمانە بەکاردینین بۆ کرداره کورتخایەنەکان،بۆ نموونە بۆ دانانی تیووب، کاریگەری ئەم دەرمانە لەوانەیە ببێتە هۆی نزمبونەوەی لێدانی دڵ، بەرزبونەوەی ڕێژەی پۆتاسیۆم، خراپترین حاڵەتی لەوانەیە ببێتە هۆی وەستانی هەناسە.

دەرمانەکانی کۆمەڵەی دووەم بریتین لەمانەی خوارەوە کە بە گشتی ماوەی کارکردنیان زیاترە لە **Scoline**،

Atracurium باشترینە بۆ کەسێک کێشەی گورچیلەی هەبێت،

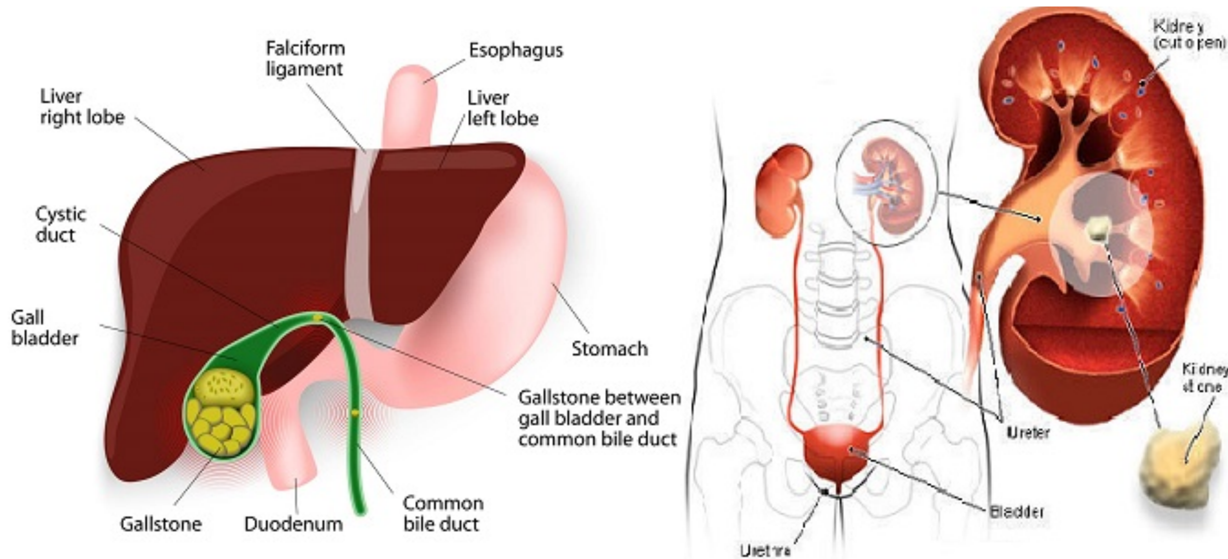
Pancuronium

Rocuronium(Esmeron)

..Vecuronium

بەردی زراو (gall stone) + بەردی گوورچیلە (kidney stone) چییە ؟؟

جیاوازی و پێکهاتەی هەریەکەیان، جۆرەکانیان ، نیشانەکانیان ، هۆکاری دروستبوونیان ، شێوازی خۆپاراستن ، چارەسەری...هەندێ زانیاری دیکەش..



بەردی زراو (Gallstone)

پێکهاتەیەکی ڕەقە لەناو زراو دروست دەبێت یان لە جۆگەی زەرداو (Bile duct) .

بەردی گوورچیلە (Kidney stone)

تەنێکی کریستاڵی ڕەقە ، دروست دەبێت لە گورچیلەکان یان ڕێڕەوی میزەڕۆ،...

بەردی زراو لە ئافرەتاندا زیاتر دروست دەبێت، بەڵام بەردی گوورچیلە لە پیاواندا زیاتر ڕوودەدات.

هەردوو جۆرە بەردەکە (گوورچیلە و زراو)، زۆرجار هیچ نیشانەیەکی تیا دەرناکەوێت سەرەتا ، هەتا بەردەکە گەورە دەبێت ، لەو کاتەدا هەست بەبوونی ئازار دەکرێت.

بۆچی دروستبوونی بەردی زراو لە ئافرەتاندا زیاترە بەراورد بە پیاوان ، بەرێژەی دوو هێندە بۆ سێ هێندە؟

پێکهاتەی دروستبوونی بەردی زراو زۆربەی بریتییە لە چەوری ، وە لە ئافرەتاندا هۆرمۆنێک هەیە ناوی ئیسترۆجینە ، ئەم هۆرمۆنە دەردانی کۆلیسترۆل بۆ ناو شلەی زەرداو (biliary) زیاددەکات بەمەش ڕێژەی کۆلیسترۆلی ناو شلەی بایل لە زراو دەگاتە ئەوپەڕی Supersaturation،

جۆرەکانی بەردی زراو

کۆلیسترۆڵ یان **Pigment** ، وەک دەزانن **pigment** لە پێکهاتەی خرۆکەسوورەکاندا هەیە ، کە دواتر دەبێتە بیلیروبین ، وە پێکهاتەی ئەم جۆرە بەردەیان لە کالسیۆمی بیلیروبین و فۆسفات و کاربۆنەیت ، کە ڕەنگی ئەم بەردە قاوەییەکی تۆخ یان ڕەش.

جۆرەکانی بەردی گوورچیلە

بەردی کالسیۆمی ، بەردی ترشی میز **uric acid** ، جۆرێکی دیکەی بەردی گوورچیلە پێی دەڵێین **Structive stone** ، ئەمەیان بەهۆی تفتێتی بەرزی میز یان التهاباتی ڕێڕەوی میزەڕۆ ... زۆرجار نەشتەرگەری پێویستە بۆ لابردنی ئەم جۆرە بەردە، جۆرێکی دیکەی بەردی گوورچیلە **Cysteine stone**.

بەگشتی نیشانەکانی هەردوو جۆری بەردەکە

ئازار لە خوار پەراسووەکان ، ئازاری پشت و شان لە بەردی زراودا زیاتر ئازاری شانی ڕاست ، تا ، ئارەقکردنەوە و دڵ تێکەڵهاتن ، بێتاقەتی ولاوازی، وە لە بەردی گوورچیلەدا جوڵانی ئازارەکە و ئازاری سک بەشێوەی شەپۆل.

هۆکارەکانی بەردی زراو

تەمەن ، قەڵەوی ، بەکارهێنانی حەبی مەنع **Orall Contraceptives** ، بۆماوەیی ،دەرمانی چەوری ...

هۆکارەکانی بەردی گوورچیلە : ووشکبونەوە ، بەکارهێنانی کالسیۆم ، نەخۆشی لە کۆئەندامی هەرس ، بۆماوەیی ، قەڵەوی، ....هتد

بۆ خۆپاراستن لە بەردی زراو پێویستە سەوزەمەنی زۆر بخورێت و کەم خواردنی چەوری، وە بۆ بەردی گوورچیلە زۆر خواردنەوەی ئاو و دوورکەوتنەوە لەو خواردنانەی کە ئۆکسالیکیان بەرزە..

وە بۆ چارەسەر لە بەردی زراودا زۆرجار نەشتەرگەری بەرێگەی ناضوور دەکرێت، وە لە بەردی گوورچیلە ، درووستکردنی حاڵەتێک کە زۆر میز بکەیت ، یان نەشتەرگەریی...

کاریگەرییە خراپەکانی جێڵی قژ، وە ڕوونکردنەوەی هۆکاری هەریەکەیان.

١- ووشکردنەوەی مووی سەر:

جێڵ پێکدێت لە ئەلکهوول و ماددەی داخورێنەری کیمیایی،کە ئەمانە شێداری قژ وو پێستی سەر ناهێڵن و ووشکی دەکاتەوە،واتە جێڵ دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی بەرهەمهێنانی چەوری لە چەوریە ڕژێنەکان،وە ئەمەش وا لە مووە خانەکان دەکات زوو بشکێت و خورانی پێستەسەر زیادد دەکات، وە ئەمەش درەوشانەوە و بریقەدانەوەی کەمدەکات.

٢- وەرین و وونبونی مووی سەر :

وەک ووتمان جێڵ مووی سەروو پێستە سەر ووشک دەکاتەوە ، ئەمەش دەبێتە هۆی وەرینی قژ،چوونکە ئەو ماددە کیمیایانەی کە لە جێڵدا هەیە لەگەڵ ماددەی پیسبووی دەرەوە ، کە چەوریە خانە مردووەکان دەبێتە ڕێگر لەبەردەم سیکڵدانۆچکەی مووە خانەکان، ئەمەش لە کۆتایدا دەبێتە هۆی وەرینی مووەکان.

٣- کرێشی سەر Dandruff :

ووشکبونەوەی قژ و کەمی خۆراکی پێویست و پیسبوونی پێستی سەر هەموو ئەمانە بەوە جیادەکرێتەوە کە خووران و ووروژاندن لە پێستی سەردا درووست دەکات ، کە هەموو ئەمانە دەبنە هۆی درووستبونی کرێشی سەر،ناتەواوی لە دەردانی چەوریە ماددەو لاوازبونی ڕەگی مووە خانەکان دەبێتە هۆی دروستبونی کرێش.

٤- تێکچوون و تێکدانی ڕەنگی قژ Discoloration:

ئەمەش یەکێکە لە کاریگەرییە خراپەکانی جێڵ بۆ سەر قژ ، ئەو هۆکارانەی لە سەرەوە باسمان کرد ، ناتەواوی خۆراکی پێویست ، کەمبوونەوەی شێ و ووشکبونەوە دەبێتە هۆی تێکچوون لە هاوسەنگی PH ی قژ ، هەروەها ئەو ماددە کیمیایانەی کە لە جێڵدا هەیە دەبێتە هۆی تێکچون و گۆڕانی ڕەنگی قژ ، وە زۆر بەکارهێنانی جێڵ بۆ ماوەیەکی زۆر ڕەنگی قژ بەرەو خۆڵەمێشی دەبات...

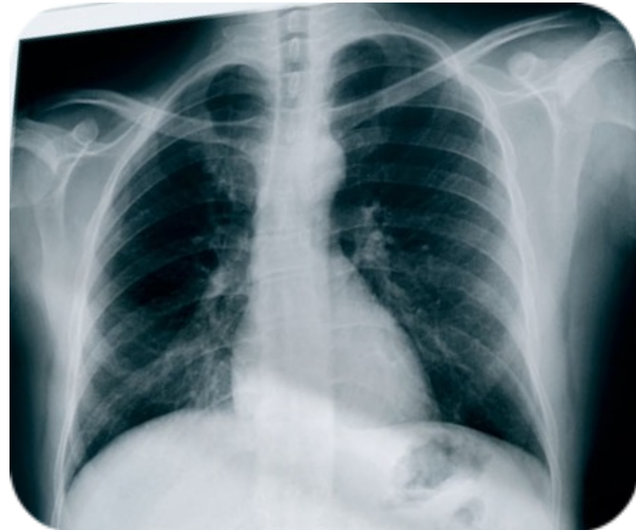
ئایا کەمی ماددەی ئاسن لە لەشدا دەبێتە هۆی ڕووتانەوەی قژ ؟؟

وەڵام / بەڵێ ، وەک دەزانن ئاسن بەشێکە لە پێکهاتەی خوێن لە ناو هیمۆگلۆبین ، خوێنیش ئۆکسجین دەگوازێتەوە بۆ شانەکانی لەش ، کاتێک ماددەی ئاسن کەم بێت ئەوا کەمخوێنی ڕوودەدات ، بەمەش ئۆکسجینی پێویست ناگوازرێتەوە بۆ گەشە و مانەوەی شانەکانی لەش بە تەندرووستی...

ئەشیعەی سنگ Chest X-Ray چییە ؟؟

ئێمە دەتوانین چی بزانین لە ئەشییعەوە؟

- یارمەتیمان دەدات لە دۆزینەوەی هۆکاری ئەم نیشانە باوانە وەک : هۆکاری کۆکە و تەنگەنەفەسی و سنگ ئێشە....هتد



- دۆزینەوەی ئەو حاڵەتانەی بەسەر سنگ و سییەکاندا دێت ، وەک : ئاوسانی سییەکان ، کۆبونەوەی هەوا لە نێوان سی و پەردەی سی ، یان شێرپەنجەی سییەکان ،التهابات ....هتد

- دۆزینەوەی هەندێ حاڵەت کە بەسەر دڵدا دێت ،وە ، گەورەبوونی دڵ ، عجزی دڵ .هتد

- دۆزینەوەی هەندێ حاڵەتی بەرکەوتن و بریندار‌بوون لە سنگدا ، وەک شکان ..

- دۆزینەوەی ئەو حاڵەتانەی ئەگەر تەنێکی نامۆ هەبێت ، بۆ نموونە لە سورێنجکدا یان لە بۆری هەوادا .. بۆ نموونە کاتێک بە هەڵە تەنێکی نامۆ قووت بدرێت...

- بینینی هەر تیوب و ئامێرێک کە دانرابێت لە ڕێڕەوی هەوای یان سورێنچکی یان گەدە یان بۆریە خوێنەکانی....

هەندێ تێبینی.

- بۆ ئافرەتی دووگیان باش نییە ئەنجامبدرێت ، بەهۆی زیانی تیشکەکە بۆسەر کۆرپەلەکە .

- وا باشترە لەکاتی ئەنجامدانیدا نەجوڵێیت بۆ ئەوەی وێنەکە بە ڕوونی دەربچێت ، یان ئەگەر بتوانی لەو کاتەدا هەناسەت بگریت.

- ئەو کەسانەی کە کێشیان زۆرە (قەڵەون)، لەوانەیە ئەشیعەکە زۆر ڕوون و واضح نەبێت.

- ئەگەر ئەنجامەکەی نا ئاسایی بوو ، ئەو کات دەتوانین تاقیکردنەوەی دیکە ئەنجام بدەین وەک

....CT scan , MRI , Ultrasound

- ئەنجامدانی ئەشیعەی سنگ ئاسایی هیچ ئازارێکی نییە ، بەڵام لەوانەیە هەست بە ناموڕتاحی یان ساردی هۆڵەکە بکەیت..

- هەندێک کەس باس لە زیانی ئەنجامدانی دەکەین ، لە ڕاستیدا ڕوودانی هەر حاڵەت و کێشەیەک دەگمەنە ئەگەر ڕێژەی تیشکەکە لە ئاستی پێویستی خۆیدا بێت ، وە سوودەکانی ئەنجامدانی بۆ دیاریکردنی نەخۆشییەکانمان زۆر سوود بەخشترە لە زیانەکانی.

کۆمەڵێک زانیاری کرنگ پێویستە بیزانیت .

گازی دوانۆکسیدی کاربۆن (CO2) لە بواری پزیشکیدا بۆچی بەکاردێت؟؟

لە کاتی نەشتەرگەری بەڕێگەی ناضوور (Laparoscopy) ، گازی دوانۆکسیدی کاربۆن (CO2) بەکاردێن بۆ فووتێکردن و ئاوسانی سکی نەخۆشەکە (insufflation) ، ئەمەش بۆ ئەوەی دکتۆرەکان بەباشی توانای ئیشکردنیان هەبێت، ئەمەش زۆر جار بۆ نەشتەرگەری لابردنی بەردی زراو یان زراو بەڕێگەی ناضور بەکاردێت..

ئایا هەموو خوێنبەرەکانی لەش Arteries خوێنی تێر ئۆکسجینیان تێدایە ؟؟

وەڵام/ نەخێر ، خوێنبەری سییەکان Pulmonary artery خوێنی کەم ئۆکسجین دەگوازێتەوە بۆ سییەکان ، ..
مەبەست لە خوێنبەرەکان ، ئەو لوولە خوێنانەن کە خوێن بۆ دوور لە دڵ دەگوازنەوە ، واتە لە دڵەوە بۆ شانەکانی لەش...

بۆچی ئەوکەسانەی کە دەرمانی کەمی ماددەی ئاسن بەکاردێن ، نابێت شیر بخۆنەوە لەگەڵیدا؟

لەبەر ئەوەی شیر ڕێژەی مژینی ماددەی ئاسنەکە کەم دەکاتەوە لەلایەن بەشێکی ڕیخۆڵە باریکە کەپێی دەڵێین (Duodenum) ، کە شوێنی سەرەکی مژینی ماددەی ئاسنە ،, هەروەها کافاین و دەرمانەکانی دژە ترشەڵۆکیش هەمان کار دەکەن ، بۆیە وا باشترە نەخورێن بۆ ئەوەی سوود لە دەرمانەکە وەربگریت ,، بەڵام خواردنەوەی شەربەتی پرتەقاڵ یان ڤیتامین C بە گشتی لە گەڵیدا ئەوا سوودی دەبێت ، چوونکە مژینی ماددەی ئاسنەکە زیاددەکات. .
دواتر ماددەی ئاسن لە لەشدا بە پرۆتینێکەوە دەبەسترێت پێی دەڵێین transferrin بۆ گواستنەوەی ئاسن .

چەند نیشانەیەک کە دەرخەری نەخۆشی شەکرەن:

١-هەستی تیونێتیت زیاد دەکات.

٢-برسێتیت زیاد دەبێت ، بەتایبەت دوای ژەمە خواردنەکان.

٣-زوو بە زوو میز دەکەیت.

٤-وشکبوونی دەم.

٥-سەرئێشە

٦-کەسێکی ماندووی, بێهێزی، هەست بە ماندویەتی ئەکەی.

٧-لە توندرین حاڵەتیش بورانەوە **(Coma)**.

نیشانەکانی دابەزینی شەکرە ..

- ئارەقکردنەوە - لەرزۆکی - هەست بە برسێتی دەکەی - خێرا لێدانی دڵ - لێو وشکبونەوە

- بێزاری - لەوانەیە هەندێ جار ببێتە هۆی بورانەوە،،

چارەسەرێکی سادەو ئاسان،(خواردنی شیرینی ،چکلێتێک یان هەر شتێکی شیرین..یان خواردنی حەبی گلوکۆز....

نیشانە سەرەکییەکانی نەخۆشی سییەکان بەشێوەیەکی گشتی ئەمانەن:

- بەڵغەم **sputum**

-تەنگەنەفەسی **Dyspnea**

-کۆکە **Cough**

-ئازاری سنگ **Chest pain**

-بەڵغەمی خوێناوی **Haemoptysis**

-خیزەی سنگ **Wheezes**

چەند زانیاریەکی کورت و گرنگ لە منداڵدا...

* ڕێژەی هەناسەدان لە منداڵدا نزیکەی دوو هێندەی هەناسەدانە لە گەورەدا .

* قەبارەی خوێن لەکاتی لەدایکبونی **90 ml/kg**، لەکاتێکدا لە گەورەدا **70 ml/kg**.

* زەختی سەر خوێنبەرەکانی کەمە ، بەڵام زیاد دەبێت بە گەورەبوونی تەمەن..

* دەرمان زیاتر دەمێنێتەوە لە جگەری ، چونکە پرۆتینی پێویست نییە بۆ پێکەوە بەستنی لەگەڵ دەرمانەکە..

کۆمەڵێک زانیاری پزیشکی بەشێوەی هەڵبژاردن.

کام لەم ئەندامانەی لەشی مرۆڤ کێشی زیاترە(قورسترە)؟؟

A- Heart دڵ

B- Brain مێشک

C- kidney گورچیلە

D- Liver جگەر

وەڵام / جگەر Liver

کام لەمانە لە منداڵدا ڕێژەکەی کەمترە بە بەراورد بە گەورە؟

A- لێدانی دڵ **Heart rate**

B- پەستانی خوێن **Blood pressure**

C- هەناسەدان **Respiration**

D- هیچیان **Non of them**

وەڵام / پەستانی خوێن Blood pressure

کام لە ئەندامەکانی لەش زۆرترین ووزەی لەش سەرف دەکات؟؟

A- Heart دڵ

B- Brain مێشک

C- Kidney گورچیلە

D- Lungs سیپیەکان

وە لام // B- Brain مێشک

* ئەو ووزەیەی سەرفی دەکات دەکاتە نزیکەی **20%** ی کۆی گشتی ووزەی لەش..

مێشک لە کەسێکی پێگەشتودا کێشەکەی **1.3 -1.4 kg**، کە دەکاتە **2%** ی کۆی گشتی کێشی لەش ،بە تێکڕای **140 mm** پانیەکەیەتی وە **167 mm** درێژیەکەیەتی لە کەسێکی پێگەشتوودا...

لە کام لەم حاڵەتانەدا ژمارەی خڕۆکە سپییەکانWBC زیاددەکات؟؟

A- سیل

B- ئایدز

C- مەلاریا

وەڵام/ سیل

کام لەمانە چەوری سوود بەخشە لەلەشدا ؟؟

A- LDL (Low Desity lipoprotein)

B- HDL (High Density lipoprotein)

C- Triglycerides

D- هیچیان سوود بەخش نین

وەڵام / HDL

دەبێت ڕێژەی چەوری **(HDL)** بە لایەنی کەمەوە **35 mg/dl** بێت ، وە باشتر وایە بەرزتر بێت ، چوونکە بەرزی ڕێژەکەی دەتپارێزێت لە نەخۆشییەکانی دڵ، **HDL** چەوری سوود بەخشە لە لەشدا.

بەڵام ڕێژەی چەوری **(LDL)** دەبێت کەمتر بێت لە **160** یان **130 mg/dl** بەپێی حاڵەتی نەخۆشەکە ، چوونکە **LDL** چەوری زیان بەخشە..

ئەگەر T.B لەسەرفایلی نەخۆشێک نووسرابوو ئاماژەیە بۆ کام لەم نەخۆشیانە ؟

A- شێرپەنجە

B- سیل

C- ئایدز

وەڵام / سیل tuber culosis

کام لەمانە بە سوودە بۆ بۆ کەسێک زەختی دابەزیبێت.

A- بەکارهێنانی خوێ ، یان خوێیاو
B- زۆر خواردنەوەی ئاو
C- بەکارهێنانی گۆرەوی لاستیکی بۆ قاچ
D- هەموویان

وەڵامی ڕاست بریتییە لە D (هەموویان)،، لێرەدا هەوڵدەدەین بەشێوەیەکی زانستی بیسەلمێنین..
سەرەتا بۆ وەڵامی یەکەم خوێ یان خوێیاو ، مەبەست لێی بەکارهێنانی خوێیە لە ژەمە خواردنەکان جا پەرداخێک ماستاو بێت یان هەر شتێکی دیکە، بە هەرحاڵ پێکهاتەی خوێ پێکدێت لە کلۆریدی صودیۆم **NaCl** ، صودیۆمیش یەکێکە لەو ماددانەی کە پەستانی خوێن بەرز دەکاتەوە ، یان نمونەیەکی دیکە ئەو موغەزیەی لە خەستەخانە بەکاری دێنن بۆ کەسێک زەختی نزم بێت بریتییە لە **Normal saline 0.9** کە ئەمەش چییە، بێگوومان **Sodium chloride** ، ئەمە خاڵی یەکەم.
خاڵی دووەم ، بریتیە لە زۆر خواردنەوەی ئاو ، بەڕێزان ئەگەر بزانن ئاو هاوسەنگی خوێ و کانزاکانی لەش ڕادەگرێت ، واتە بۆ هەردوو حاڵەتەکە بەکاردێت ، مەبەستم بەرزبوونەوەو نزمبونەوەی زەختیش ، چۆن!! ، کاتێک کەسێک زەختی نزم بێت ، زۆرینەیان بەهۆی کەمبونەوەی قەبارەی خوێنەوەیە **Hypovolumic** ، کاتێک ئەو کەسە ئاو دەخوات دەبێتە هۆی زیادکردنی قەبارەی خوێنی **increase blood volume** ، کە دەڵێین قەبارەی خوێن زیاد دەکات مەبەستمان پێی ئەوە نییە کە **RBC ,WBC ,Platelet** زیاد بکات ، بەڵکو وەک دەزانن خوێن بەشێکی زۆری لە پلازمای خوێندا ئاوە ، وە هەروەها ئەم ئاو خواردنەوە دەبێتە هۆی ڕێگری لە ووشکبونەوە ، هەردوو هۆکارەکە حاڵەتێکی ئەرێنین بۆ بەرزبونەوەی زەخت، ئەگەر

باسی دەرمانەکانی **Diuretic** بکەین، ئەم دەرمانانە کاتێک دەدرێتە نەخۆش کە زەختی بەرز بێت ئەمیش صودیۆمی لەش دەکاتە دەرەوە لە ڕێگەی میزەوە ، نەک هەموو شلەکانی لەش ، وەک وتیشمان ئاو خواردنەوە بۆ دابەزاندنی زەختیش بەکاردێت ، لە ڕێگەی زیاد بوونی میزەوە ، بەڵام لەم حاڵەتەدا کە زەخت بەرزە قەبارەی خوێنی کەم نییە ئاگادار بن

بۆ خاڵی سێیەم کە بریتییە لە گۆرەوی لاستیکی **Elastic stockings** ، ئەمەیان وەک گۆرەویەکی لاستیک وایە دەکرێتە قاچ بۆ ئەوەی ئەو خوێنەی لە لوولە خوێنەکانیدایە بەرەو ئاستی دڵ بڕواتەوەو لەوێدا کۆنەبێتەوە لەڕێگەی **Vena Cava** ئەمەش بە نزیکەی وەک ئەوە وایە کە بەکەسێک دەڵێن کە زەختی دابەزیبێت کە قاچی بە دیوارێکەوە بنێ کە بەرزتر بێت لە ئاستی دڵی ،

ڕوونکردنەوەیەک ...

زۆر کەس پرسیار دەکەن کە ئایا ئەگەر کەسێک زەخت و شەکرەشی هەبێت ، چ جۆرە فلودێکی بۆ بەکاردێت؟

وەڵام/ دەبێت شەکرەکەی کۆنترۆڵ بکەین و فلودی **Glucose water** ی بۆ دابنێین..

واتە دەتوانین انسولین بکەینە ناو فلوودەکەوە بۆ ئەوەی هاوسەنگی شەکرەکەی پێ ڕابگرین..

لەڕێگەی ECG (هێڵکاری دڵ) دەتوانین کام لەمانە بزانین؟؟

A- Heart rate لێدانی دڵ

B- Rhythm جۆری لێدانی دڵ ، ڕێکی و نارێکی

C- Electrolyte imbalance نا هاوسەنگی ئاوێتەکانی لەش

D- All of them هەموویان

وەڵام / هەموویان

کۆمەڵێک زانیاری سەرنجڕاکێش بزانە لەسەر نینۆک .

- ئایا دەزانی گەشەی نینۆکی دەستەکان دوو بۆ سێ جار خێراترە لە گەشەی نینۆکی پەنجەکانی پێ.
- نینۆکی پەنجەکانی پێ بە نزیکەی دوو جار ئەستورترە لە نینۆکی پەنجەکانی دەست.
- گەشەی نینۆکی پەنجە گەورەی دەست هێواشە ، بەڵام گەشەی نینۆکەکانی ناوەڕاست و پەنجەی دۆشاو مژە گەشەیان خێراترینە.
- ئەو نینۆکەی بە ڕێکی دەبیڕیت گەشەی خێراترە لەو نینۆکەی بە شێوەیەکی ناڕێک دەبیڕیت.
- بەپێی توێژینەوەی ناوەندی ئەمریکی نینۆکی دەست لە مانگێکدا 2 - 3 mm گەشە دەکات ، لە کاتێکدا نینۆکی پێیەکان 1 mm گەشە دەکات لە مانگێکدا.
- هۆرمۆن کاریگەری هەیە لەسەر گەشەی نینۆک ، وە ئافرەتی دووگیان گەشەی نینۆک خێرایە تێیدا ، وە لەکاتی شیرداندا گەشەی نینۆکی هێواشە.
- نینۆکی پیاوان گەشەی خێراترە لە نینۆکی ئافرەتان.
- گەشەی نینۆک لە جەوێکی گەرمدا خێراترە وەک لە جەوێکی ساردا.
- گەشەی نینۆک لە ڕۆژدا خێراترە بەراورد بە شەو.
- گەشەی نینۆک لە کەسێکی گەنجدا زیاترە بەراورد بە کەسی بەتەمەن.
- ئەگەر کەسێک ڕاستە بێت ، ئەوا نینۆکی دەستی ڕاستی گەشەی زیاترە ، وە ئەگەر کەسێک چەپلەر بێت ئەوا نینۆکی دوستی چەپی گەشەی خێراترە.
- نوسین بە کۆمپیوتەرو کیبۆردن کاریگەری هەیە بۆ گەشەی نینۆک.

کێشت زیاد بکە بە سرووشتی .

١- شیر : بۆ زیادکردنی کێش و بەهێزکردنی ماسوولکەکان گرنگە ،بڕێکی باش پرۆتینی تێدایە ، هەروەها سەرچاوەیەکی سەرەکی کالسیومە ، وە چەندەها ڤیتامین و کانزای دیکە.، وە سەلمێنراوە باشترین سەرچاوەی پرۆتینە بۆ زیادکردنی کێش ،بۆیە خواردنەوەی کوپێک یان دوو کوپ شیر لەگەڵ ژەمە خواردنەکان سەرچاوەیەکی گرنگی پرۆتینە.

٢- برنج : سەرچاوەیەکی لەبار و ئاسانە بۆ زیادبوونی کێش ، چوونکە **165 gram** برنجی لێنراو **190** کالۆری دەبەخشێت ، بۆیە سەرچاوەیەکی ئاسانە بۆ دەستکەوتنی پرۆتین .

٣- گوێز : سەرچاوەیەکی باشە بۆ دەستکەوتنی پرۆتین ئەگەر بتەوێ کێشت زیاد بێت ، لەبەرئەوەی تەنها پڕ دەستێک گوێز دەتوانی زیاتر لە **7 gram** پرۆتین و **18 gram** چەوری تەندروستت دەست بکەوێت ،بۆیە تەنها بە خواردنی پڕ دوو چنگ ڕۆژانە لەگەڵ ژەمە خواردن یان لە ژەمی لاوەکیدا ، ئەوا بە شێوەیەکی خێرا بە سەدان کالۆریمان دەست دەکەوێت ،ئەمەش یارمەتیدەرێکی زۆر باشە بۆ زیادبوونی کێش.

ئەوانەی کێشیان کەمە ،لاوازن وە هۆکارەکەی چییە ؟؟

نەخۆشی شەکرە

غوددەی دەرەقی

یان کەمی فلودی لەش

ناتەواوی لە کۆئەندامی هەرس یان هەبوونی کرمی ڕیخۆڵە یا گەدە

یان نەخۆشی ڕیخۆڵەکان

هەندێک جاریش هۆکارەکەی خۆویستانەیە پەیوەندی بە شێوازی خواردن و وەرزشکردنەوە هەیە.

چەند زانیاریەکی دەربارەی جۆرەکانی دەرزی لێدان و گۆشەی لێدانی

Intravenous (I.V)

دەرزیەکە بە گۆشەی 15-20 پلە ببە ناوەوە بۆ ناو ڤێن(خوێن هینەر)

١-لەرێگەی عضەڵە I.M(intramuscular)

بەکاردێت بۆ پێدانی ئەم جۆرە دەرمانانە:
هەندێک لە دەرمانی التهابات
ڤیتامین یان ئاسن
هەندێک لە ڤاکسینەکان
دەرزیەکەی پێویستە بەگۆشەی ٩٠ لێبدەین
بڕی دەرمانەکە لە نێوان ٢ بۆ ٥ ملل بێت
ئەو نیدڵەی بەکاری دێنین ١بۆ ١.٥ ئینچ بێت وە 19-22 G بێت.

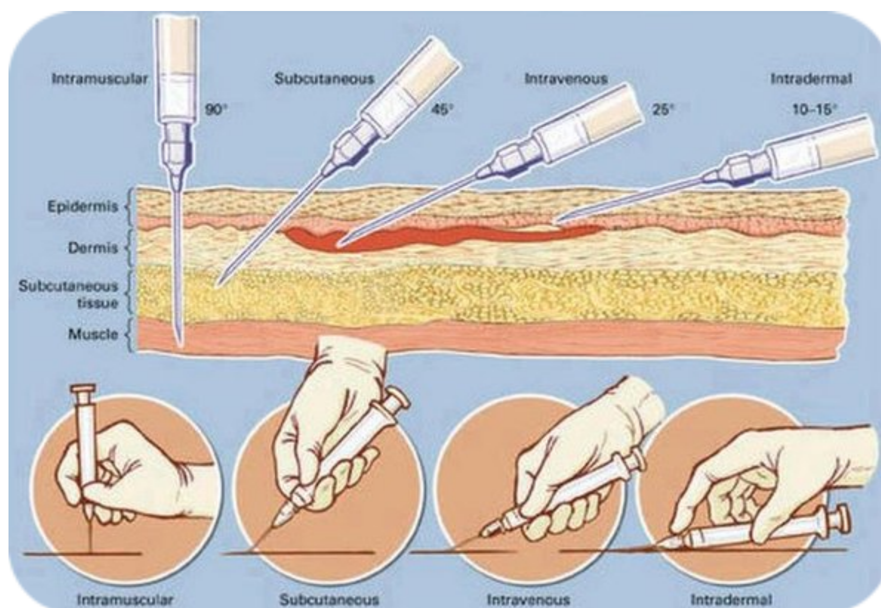
٢-لەرێگەی خوێنهێنەرەکان(intravenous IV) دەرزیەکە بە گۆشەی 15-20

٣-لەرێگەی چینی چەوری ژێر پێست S.C(subcutaneou) بە گۆشەی 45-90

٤-ڕاستەوخۆ ژێر پێست I.D(intradermal) بە گۆشەی 15 -10

٥-دەرزی سپاینەڵ ۆ ناو شلەی برِبرِەکان intrathecal fluid (C.S.F,Cerebral spinal fluid

٦-دەرزی بۆ ناو دڵ intracardiac I.C), and intraarterial(



چەند زانیارییەک لەسەر جۆری ئەو سرنجانەی کە بۆ شێوە جیاوازەکانی دەرزی لێدان بەکاری دێنین،،،

intramuscular(I.M) 5 ml

intravenouse (I.V) 2-50 ml

subcutaneous(S.C) 1-2 ml

intradermal (I.D) 1 ml

سوود و زیانەکانی دەرزی لیدان

سوودەکانی...

١- بۆ نەخۆشێک کە بێهۆش بێت..

٢-کەسێک گەدەی تەواو نە یێت، ...

٣-نەخۆشێک هێڵنج و ڕشانەوەی هەبێت..

٤-نەخۆشێک کە توانای قووتدانی دەرمانی نەبێت لە ڕێگەی دەمەوە ، بە هەر هۆیەک بێت..

زیانەکانی دەرزی لێدان ، کە لەوانەیە ڕووبدەن..

١-دەبێت کردارێکی معقم بێت ، چونکە لەوانەیە ببێتە هۆی التهاب..

٢-لە دەرزی عضەڵەدا I.M ئەگەر بەر دەمار بکەوێت لەوانەیە توشی شلل بکات ، یان بچێتە لولەی خوێنەوە,زیانی هەیە

٣-لەڕێگەی خوێنهێنەرەوە I.V لەوانەیە هەندی جار ئەم حاڵەتانەی خوارەوە ڕوودات ...

- هەوا دزە بکاتە ناو ڤێن.

-ئەگەر دەرمانێکی بەهێز بێت لەوانەیە دیواری ڤێنەکە ئازار بدات..

دەرمانی ژێر زمان – Sublingual way to drug



یەکێک لەڕێگاکانی پێدانی دەرمان ژێر زمان

لێرەدا باسی سوودەکانی ئەم ڕێگایە دەکەین:

١- بەخێرای دەمژرێت بۆناو ڕێڕەوی خوێن ،چوونکە لە ژێر زماندا تۆڕێک دەماری خوێنی تێدایە.

٢- ڕوودانی ئینفێکشن و التهابات کەمە بەم ڕێگەیە.

٣- ئەگەر ئەم ڕێگایە بەکاربێنی ئەوە دەرمانەکە ناچێتە ناو گەدەوە و نابێتە هۆی هیچ کێشەیەک بە گەدە.

٤- ئەگەر ئەم ڕێگایە بەکاربهێنیت ئەوا دەرمانەکە بە قۆناغی شیبوونەوەدا ناڕوات بەناو جگەردا ، واتە لە ئەگەری ڕوودانی زیان بە جگەر دوور دەبین.

٥- ڕێگایەکی ئاسانە بۆ پێدانی ژەمە دەرمان.

ئەم کورتکراوانەت لەسەر هەر دەرمانێک دی بزانە مەبەست لێی چییە...



Capsule (cap) گوولاج

Tablet (tab) حەب

Syrup (syr) شرووب

Cream (cr) کرێم

Ointment (ung,oint) مەڵحەم

Suppository (supp) شاف

Lotion (lot) شامپۆ

Liquid (liq) شلە

Spray (spry) سپرا

Lozenge (loz) وەک حەب وایە ، کورسی نعناء

شێوەکانی دەرمان بە گشتی پۆلێن دەکەین بۆ سێ کۆمەڵە :

١- ڕەق Solids

بۆ نمونە:(Tablets , Capsules , Caplets, Lozenges , Troches ,
Patches ...etc

٢- شلەکان Liquids

بۆ نمونە:(Syrup , Elixirs , inhalant , Sprays , Emulsion ,
Suspention , ...etc

٣- نیمچە ڕەق Semisolids

بۆ نمونە:(Creams , Lotions , Ointments , Gelatins ,
Suppositories ...etc

چەند ئامۆژگارییەک لەسەر بەکارهێنانی دەرمانی التهابات،

وەرگرتنی ئەم دەرمانانە بۆ قورگ ئێشەیەکی کەم یان هەلامەت ، یان بۆ کۆکە هەڵبژاردەیەکی باش نییە ، وە یان بۆ نەخۆشی ڤایرۆسی نابێت، بەڵام بۆ ئەو هەوکردنانەی کە بەهۆی بەکتریاوە دەبێت بەکاری بهێنن، چوونکە ئەم دەرمانانە کاریگەری لاوەکی درووست دەکات هەروەها بۆ کەسێک کێشەی گوورچیلە و جگەری هەبێت باش نییە ، وە کاریگەری لاوەکی بۆ سەر منداڵ و پیر زیاترە ، بۆیە بۆ کاتی زۆر پێویست نەبێت بەکاری مەهێنن...

هەندێک لەو دەرمانانەی کە نابێت بۆ ئافرەتی دووگیان بەکاربهێنرێت .

-Isotretinoin (Retan)
-Acitretin (Neotigason)
-Warfarin (Warfant)
-Danazol (Danol)
-Simvastatin (Zocor)
Finasteride (Proscar تەنانەت نابێت دەستیشی لێبدەن ئافرەتی دووگیان
-Dutasteride (Avodart)
-Methotrexate (Ebetrex)

کانوولا : cannula چییە ؟؟

تیوبێکی کاسیتەرییە لەناو لوولەی خوێن دادەنرێت وەک ڕێگەیەک بۆ پێدانی دەرمان و فلوود ، واتە بۆ مەبەستی چارەسەری بەکاردێت .

تەکنیکی دانانی کانوولا.

١- لە پاش دەستنیشانکردنی ئەو جێگەی کانوولاکەی لێدادەنێیت ، تۆرنیکا ببەستە.

٢- سڕین و تعقیم کردنی ئەو ناوچەیە.

٣- پێستی دەستی بکشێنە بۆ ئەوەی ڤێنەکە نەجوڵێ و سابت بێت.

٤- کانوولاکە ببە ناوەوە بە گۆشەی **30** بۆ ناو ڤێنەکە، بەڵام کە چووە ناو ڤێنەکە گۆشەکە کەمتر بکەوە.

٥- سەیری ناو چەمبەرەکە بکە بزانە خوێن هاتۆتە ناوی، ئەگەر خوێنت بینی ئەوا دەستت خۆش بێت.

٦- نیدڵەکە ڕابکێشە دواوە بەڵام لەگەڵ ئەمەدا کانوولاکە پاڵبنێ بۆناو ڤێنەکە.

٧- دواتر نیدڵەکە بەتەواوی لاببە و دەستت لەسەر ڤێنەکە بگرە هەتا کەپ دەبەستی ، تۆرنیکا بکەوە.

٨- بە کەمێک نۆرمال سلاین تێستی بۆ بکە بزانە تەواوە ئاوت نییە.

٩- ئەگەر سەرکەوت و بوو ئەوا بە پلاستەر جێگیری بکە.



ـجۆرەکانی کانوولا بە پێی ڕەنگ و قەبارەیان:

تێبینی/ هەتا ژمارەی **Gauge** گەورەتر بێت، نیدڵی کانوولاکە بچووکترە..

١-ڕەنگی زەرد ، بچوکترینە **G 24**

٢-ڕەنگی شین ،،، **G 22**

٣-ڕەنگی پەمەیی،، **G 20**

٤-ڕەنگی سەوز ، **G 18**

٥-ڕەنگی ڕەساسی،، **G 16**

٦-ڕەنگی سوور ، **G 14**

تێبینی...

١-ئەگەر بۆ پێدانی خوێن بوو بۆ کەسێکی **adult** ، ئەوا هەوڵبدەین لە پەمەیی بچووکتر نەبێت، ئەگەر کرا..

٢-زۆربەی جار بۆ منداڵ زەرد یان شین دادەنرێ لەبەر بچووکی ڤێنەکانی.



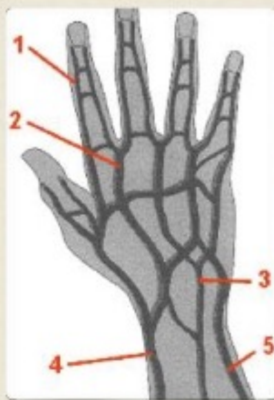
ئەو شوێنانەی کە کانوولای تێدا دادەنێین :

١- ڕووکەشی خوێنهێنەر **Superficial vein**, واتە ئەوانەی کەلە ڕووی پێستدان، ئەمەش ئەم شوێنانە دەگرێتەوە:

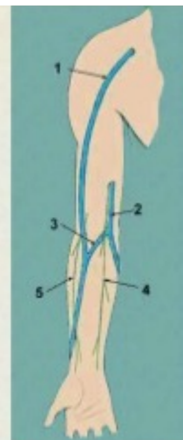
- پشتی لەپی دەست **Dorsum of the hand** باشترینە.
- دیوی ناوەوەی ئانیشک **Antecubital fossa**.
- پشتی پێ **Dorsum of the foot**.
- خوێنهێنەری پێستی سەر **Scalp vein** ، زیاتر بۆ منداڵ.
- خوێنهێنەری دەرەکی وردە دەماری مل **External jugular vein**.
- لا تەنیشتی دەست ،بەلای پەنجە گەورەدا **Lateral aspect of the hand**

٢- ئەو خوێنهێنەرانەی لە قوڵایدان **Deep vein**، ئەمیش ئەم شوێنانە دەگرێتەوە:

- ژێر ئێسکی چەناگە **Subclavian vein**.
- خوینهێنەری ناوەوەی مل **Internal jugular vein**.
- خوێنهێنەری ڕان **Femoral vein**



Veins of the Hand
1. Digital Dorsal veins
2. Dorsal Metacarpal veins
3. Dorsal venous network
4. Cephalic vein
5. Basilic vein



Veins of the Forearm
1. Cephalic vein
2. Basilic vein
3. Median Cubital

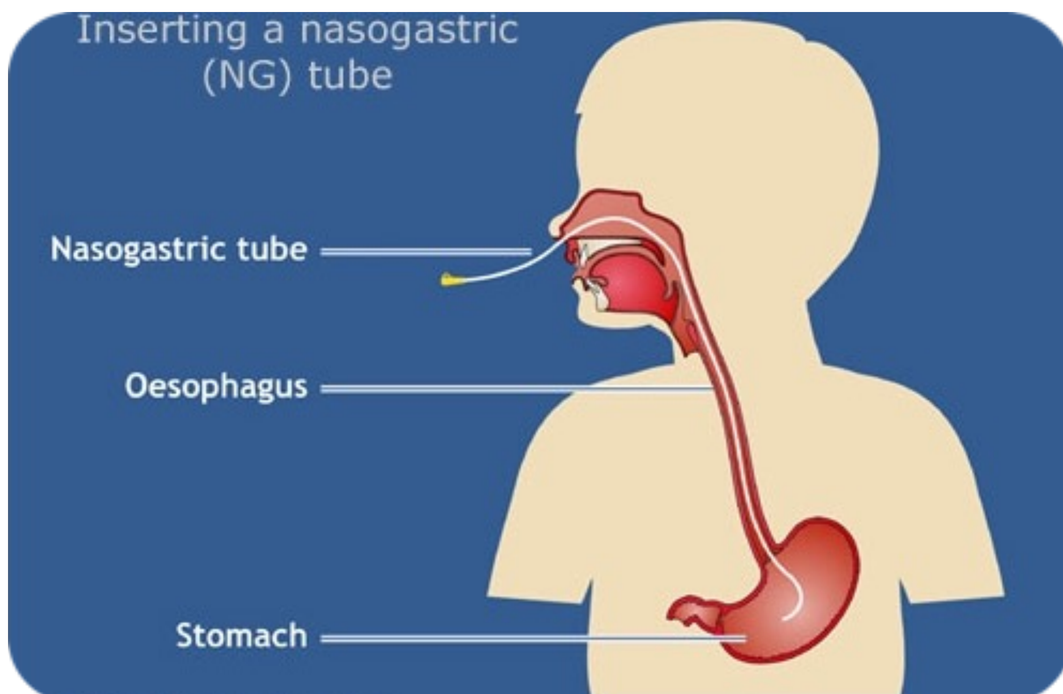
N.G tube (nasogastric tube) چییە ؟؟

ئەو تیوبەیە کە لە لووتەوە دادەنرە بۆ ناو گەدە، بۆ مەبەستی خۆراک پێدان یان غەسلی معدە یان هێنانە دەرەوەی ئەو پێکهاتەیە گەدەدا هەیە....هتد،بە قەبارەی جیاواز هەمانە بەپێی تەمەنە جیاوازەکان، زۆر جار تیوبەکە ماددەی لیدوکاینی لێدەدرێ جۆری جێڵەکەی کە ماددەیەکی بەنجی لۆکەڵییە بۆ مەبەستی کەمکردنەوەی ئازاری تیوبەکەو هەروەها چەور کردنی ،

دوو جۆر N.G tube مان هەیە ،

١- گاڤارج : ئەمەیان وەک وتمان بۆ مەبەستی خۆراک پێدانە، یان هەر شتێک بمانەوێ بچێتە گەدەوە،

٢-لاڤارج: ئەمەیان بە پێچەوانەوە بۆ هێنانە دەرەوەی ئەو پێکهاتەی لە گەدەدا هەیە..



کۆمەڵێک زاراوەی پزیشکی •

Hypertension.......بەرزی پەستانی خوێن

Hypotension........نزمی پەستانی خوێن

Hyperglycemia.........زۆری ڕێژەی شەکر

Hypoglycemia........کەمی ڕێژەی شەکر

Hyperkalaemia.....زۆری ڕێژەی پۆتاسیۆم

Hypokalaemia....کەمی ڕێژەی پۆتاسیۆم

Hypernatremia.... زۆری ڕێژەی سۆدیۆم

Hyponatremia.....کەمی ڕێژەی سۆدیۆم

Polycythemia....... خوێن زۆری

Anaemia........ کەمخوێنی

Syrup......... شرووب

Tablet .... حەب

Capsule ....گوولاج

Ointment .... مەلهەم

Gel .... جێڵ

Drop.......... قەترە

Cream...........کرێم

Suppositories........... شاف

Dressing.........تەداوی

Suturing.....دوورینەوە

کۆمەڵێک دەرمانی گرنگ و زۆر بەکار هاتوو بزانە .

ئەم دەرمانانە لە گرووپی **angiotensin II Antagonists** ، لە هەر شوێنێک

ئەمانەت بینی ئەوا ئەزانی بۆدابەزینی زەخت بەکاردێ.

- Candesartan (Atacand)
- Irbesartan (Avapro)
- Olmesartan (Benicar)
- Losartan (Cozaar)
- Valsartan (Diovan)

بۆ چارەسەری بەرزی فشاری خوێن،لە کۆمەڵەی **Calcium Channel Blockers**

- Diltiazem (Cardizem)
- Nifedipine (Procardia)
- Verapamil (Verelan)
- Amlodipine (Norvasc)
- Clevidipine (Cleviprex)

بۆ چارەسەری بەرزی پەستانی خوێن، بەڵام ئەمانە لە گرووپی **Beta Blockers**

Propranolol (Inderal)
Atenolol (Tenormin)
Bisoprolol (Zebeta)
Nadolol (Corgard)
Carvedilol (Coreg)

بۆ دابەزینی زەخت ، لە کۆمەڵەی میزپێکەر

Diuretics (sometimes called "water pills")

Furosemide (Lasix
Hydrochlorothiazide (Tecturna)
Chlorthalidone (Thalitone)
Metolazone (Zaroxolyn)
Torsemide (Demadex)

بۆ دابەزینی زەخت، لە کۆمەڵەی

Angiotension-Converting Enzyme (ACE) Inhibitors

Aceon (Perindopril)
Accupril (Quinapril)
Altace (Ramipril)
Capoten (Captopril)
Lotensin (Benazepril)

.

بۆ دابەزاندنی چەوری خوێن ...

atorvastatin (Lipitor)
simvastatin (Zocor)
rosuvastatin (Crestor)
pravastatin (Pravachol)
lovastatin (Altocor)

بۆ چارەسەری کەمخوێنی بەکاردێت...

ferrous sulfate (Ferodan)
ferrous gluconate (Fergon)
Folic acid (Folacin)
Calcium gluconate (cal id B12)
Iron dextran (Jectofer)

بە گشتی بۆ کێشە دەروونیەکان و خەمۆکی و دڵەڕاوکێ بەکاردێت..

Clonazepam (Rivotril)
Lorazepam (Ativan)
Valproic acid (Depakine)
Haloperidol (Haldol)
Chlordiazepoxide (Librium)

بۆ نەخۆشییە شێرپەنجەییە جۆراو جۆرەکان Cancer

Busulfan (Busulfex)
Flutamide (Androxine)
Hydroxyurea (Cytodrox)
Tamoxifen (Nolvadex)
Melphalan (Alkeran)

بۆ کەمکردنەوەی چالاکی میزڵدان بەکاردێت ، واتە زیاتر بۆ ئەو کەسانەی میزیان بۆ ڕاناگیرێت

..For Overactive Bladder

Mirabegron (Betmiga)

Oxybutynin (Ditrospan)

Solifenacin (Vesicare)

Trospium (Sanctura)

Imipramine (Tofranil)

بۆ نەخۆشی شیزۆفیرینا ، کە جۆرێک لە شێواوی و ناتەواوی دەروونیە..

Risperidone (Abriact)

Olanzapine (Zyprexa)

Haloperidol (Haldol)

Clozapine (Clozaril)

Aripiprazole (Abilify)

بەشێوەیەکی گشتی بۆ کەمکردنەوە و نەهێشتنی هێڵنج و ڕشانەوە بەکاردێت.

Metochlopramid (Plasil)

Diphenhydramine (Benadryl)

Hydroxyzine (Atarax)

Ondansetron (Zofran)

Phenobarbital + Pipenzolate (Babytal)

بەشێوەیەکی گشتی بەکاردێت بۆ ئازار و تەشەنوجی پەیکەرە ماسوولکە..

Baclofen (Lioresal)
Chlorzoxazone (Paraflex)
Orphenadrine (Norflex)
Cyclobenzaprine (Flexeril)
Carisoprodol (Somadril)

بۆ خاوکردنەوەی ماسوولکە لە کاتی بەنجدا بەکاردێن.. Muscles relaxants drugs

Atracurium (Tracrium)
Rocuronium (Esmeron)
Pancuronium (Pavulon)
Vecuronium (Norcuron)
Suxamethonium (Scolin)

بەشێوەیەکی گشتی بۆ نەخۆشی ڕەبۆ Asthma بەکاردێت.

Theophyllin (Quibron)
Salbutamol (Ventolin)
Beclomethasone (Beconase)
Terbutaline (Brethine)
Budesonide (Symbicort)

21 – September – 2017

First Day Autumn